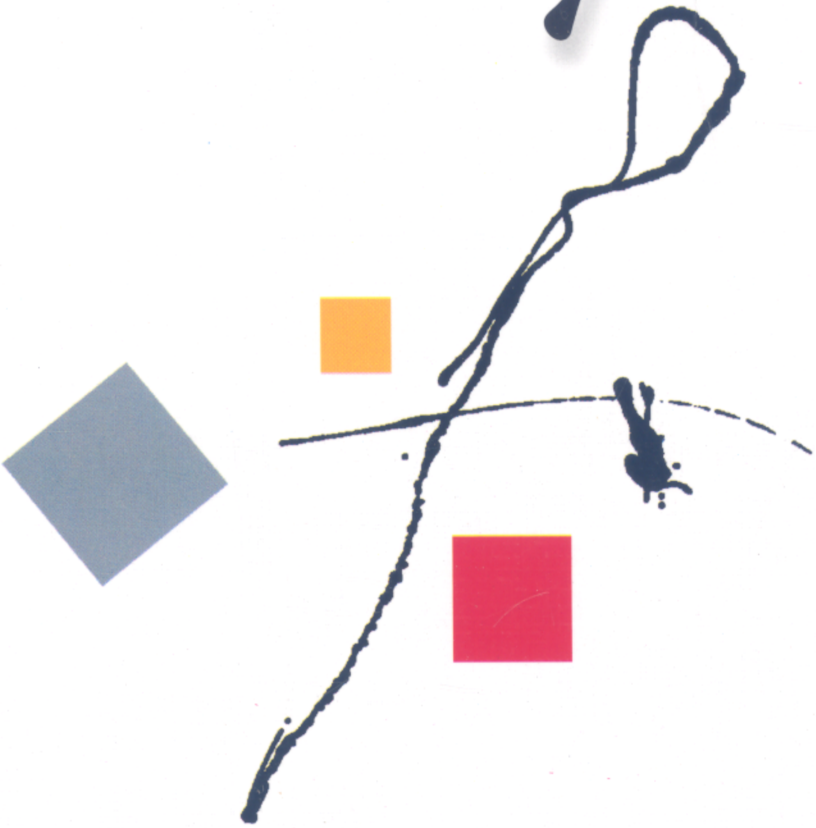
NICKY
HAYES

nền tảng tâm lý học



Nhà xuất bản Lao Động
Liên kết xuất bản
CTy TNHH TM &DV VH Minh Trí

NICKY HAYES

Nền tảng
Tâm lý học

Người dịch: TS. NGUYỄN KIÊN TRƯỜNG

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG
HÀ NỘI - 2005

Lời nói đầu

Từ một nhánh của triết học chuyên nghiên cứu tại sao con người nhận thức và hành động như thế, dần dần có nhiều triết gia và khoa học gia, trên con đường tìm tòi nghiên cứu của mình, đã đưa ra nhiều công trình ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển của tâm lý học. Nói rõ hơn, chính kết quả rút ra từ công trình ấy, tự nó đã minh xác để hình thành những giả định triết lý và khoa học cho một ngành học mới, tách ra một cách độc lập: ngành tâm lý học.

Kể từ khi hình thành, tâm lý học đã trải qua một quá trình dài tương đối quanh co bằng nhiều gợi ý, khởi điểm, có khi bằng tranh cãi để rồi tất cả đều dựa vào nền tảng của triết học do René Descartes, John Lock và Charles Darwin cung cấp, tâm lý học phát triển ngày càng cao hơn như một lĩnh vực kiến thức, một môn khoa học.

Thói quen phổ biến ngày nay là bắt đầu một quyển sách về tâm lý học, luôn từ điểm tâm lý học đã trở thành một khoa học biệt lập. Như vậy là không thỏa đáng. Trước hết, nó đã bỏ qua hết những di sản triết học to lớn vốn đã khuôn đúc nền tảng để tâm lý học thành loại khoa học và sau đó là một môn học cần ích như hôm nay. Thứ đến, nó đã bỏ gạt mọi khía cạnh tâm lý học quan trọng nằm ở ngoài lĩnh vực khoa học.

Lịch sử của bất cứ vấn đề gì thuộc bất cứ lĩnh vực nào cũng đều có thể coi như một dòng chảy không ngừng của các sự kiện tương quan lẫn nhau. Có những vấn đề và các thắc mắc đang được tâm lý học giải quyết lại chính những biểu hiện của những vấn đề và thắc mắc kéo dài nhiều thế kỷ qua. Vì thế, những ai đang quan tâm đến ngành tâm lý học, chắc chắn phải luôn luôn đặt những câu hỏi là tâm lý học hiện đại đến từ đâu và phát triển từ nền tảng cốt lõi nào.

Tâm lý học vốn luôn đa dạng, vì thế tâm lý học ngày nay càng đa dạng và phong phú. Trong lịch sử lâu đời của tâm lý học, chưa từng có thời nào mà tất cả các nhà tâm lý học chấp nhận chung một khuôn mẫu duy nhất. Nhưng tình trạng đó không mang tính tiêu cực mà còn ngược lại và tất yếu nữa là khác. Ngày nay không còn trường phái mà chỉ có sự trổi vượt của tinh thần CHỌN LỌC, nhắc ta nhớ đến phương pháp chức năng về tâm lý học mà Wiliam James đã gợi ý. Hãy lựa chọn từ giữa các nguồn khác nhau, các kỹ thuật nào hiệu quả nhất trong việc giải quyết một vấn đề. Cũng theo James, vấn đề là tìm hiểu con người. Mà những gì thuộc về con người vốn phong phú và đa dạng như thế thì không thể chấp nhận chung một khuôn mẫu duy nhất. Hãy dùng bất cứ phương pháp nào hiệu quả nhất mà chúng ta có thể để tìm hiểu nó.

Nội dung cuốn "Nền tảng tâm lý học" trình bày súc tích và đầy đủ nhất về nguồn gốc triết học của tâm lý học, các trường phái tư tưởng trong tâm lý học, các lĩnh vực tâm lý học và quan điểm tâm lý học. Sách không chỉ giới thiệu những nội dung căn bản, mà còn tập trung vào nền tảng và bản chất của tâm lý học như là nguồn kiến thức để dễ tra cứu vấn đề.

Phương pháp biên soạn của sách còn nhắm đến 3 mục đích chính: chứng minh rằng dù sách nghiên cứu viết dưới dạng giáo khoa tâm lý học vẫn có thể giải thích những quan điểm hoàn toàn phức tạp, sử dụng ngôn ngữ rõ ràng, dễ hiểu; chứng minh rằng quan điểm về tâm lý học đã phát triển rõ nét và phong phú khoảng hơn một thế kỷ qua và cuối cùng là phản ánh những gì đang diễn ra trong tâm lý học hiện đại.

Sách còn có sự linh động đáng kể trong cách trình bày, mỗi chương đều chia ra năm phần nhỏ: đối tượng nghiên cứu, từ khóa, tóm tắt, câu hỏi đánh giá, câu hỏi thảo luận, để giúp người nghiên cứu luôn tin tưởng khả năng nắm bắt được vấn đề một cách đầy đủ khi tìm hiểu qua hết một chương.

Tóm lại, "Nền tảng tâm lý học" đã phản ánh được sự phối hợp giữa các vấn đề trọng tâm nền tảng truyền thống và các chủ đề ứng dụng đương đại, cung cấp một cách nhìn rộng, chiết trung luôn cập nhật về ngành tâm lý học.

❑ TS. **NGUYỄN KIÊN TRƯỜNG**

chương

1

Quan điểm trong tâm lý học

- Nguồn gốc triết học của tâm lý học
- Các trường phái tư tưởng trong tâm lý học
- Các lĩnh vực tâm lý học
- Quan điểm tâm lý học

Đối tượng nghiên cứu

1.1. Quan điểm triết học

a. Nhận dạng những khái niệm triết học chính trong tâm lý học

b. Mô tả thuyết tiến hóa

c. Liên hệ tiếp cận triết học với lý thuyết tâm lý học

1.2. Nội quan và thuyết hành vi

a. Mô tả các nhà tâm lý học nội quan quan trọng ban đầu

b. Nhận dạng khái niệm chính trong suy nghĩ về thuyết hành vi

c. So sánh tiếp cận theo thuyết hành vi và nội quan

1.3. Tâm lý học châu Âu

a. Nhận dạng giả định cơ bản của Trường phái cấu trúc (Gestalt)

b. Chứng minh tiếp cận của Piaget liên kết với thuyết tiến hóa

c. So sánh tiếp cận châu Âu với thuyết hành vi

1.4. Tâm lý học lâm sàng

a. Nhận dạng nguồn chứng cứ trong lý thuyết phân tâm học

b. Mô tả giả định cơ bản trong tâm lý học nhân văn

c. So sánh tiếp cận theo thuyết hành vi, phân tâm học và nhân văn trong tâm lý học

1.5. Cách mạng nhận thức

a. Nêu lý do sự ra đời của tâm lý học nhận thức

b. Đánh giá phép ẩn dụ vi tính trong tâm lý học nhận thức

c. Nhận dạng tiếp cận nhận thức trong các lĩnh vực khác thuộc tâm lý học

1.6. Đạo đức học và phương pháp luận

a. Mô tả giả định làm nền tảng ứng dụng đạo đức trong tâm lý học

b. Chứng minh ảnh hưởng của nghiên cứu đạo đức đối với phương pháp tâm lý học

c. Liên kết phương pháp luận đạo đức với các lĩnh vực chính trong tâm lý học

1.7. Lĩnh vực tâm lý học

a. Liệt kê lĩnh vực tâm lý học chính

b. Mô tả lĩnh vực tâm lý học chính

c. So sánh lĩnh vực tâm lý học chính

1.8. Quan điểm

a. Định nghĩa thuật ngữ về quan điểm tâm lý học

b. Nhận dạng tranh luận tự nhiên - nuôi dưỡng chính trong tâm lý học

c. Áp dụng quan điểm chính vào lý thuyết tâm lý học

Mặc dù lúc đầu trong thế kỷ 19 là một đề tài nghiên cứu riêng biệt, nhưng suốt thế kỷ 20 tâm lý học phát triển và mở rộng thành một môn học như ngày nay. Trong thế kỷ 20, tâm lý học trải qua nhiều thay đổi, mỗi sự thay đổi phản ánh sự quan tâm và quan điểm của từng giai đoạn trong lịch sử. Tâm lý học được định nghĩa là ngành nghiên cứu tâm trí, cũng như nghiên cứu hành vi, nghiên cứu quá trình xử lý thông tin ở con người, hay chỉ đơn giản là ngành nghiên cứu tại sao con người hành động như thế (mặc dù các nhà tâm lý học cũng nghiên cứu ở động vật). Tâm lý học hiện đại đề cập tất cả những vấn đề này, và tất cả những quan điểm khác nhau này góp phần vào sự hiểu biết con người của chúng ta. Để hiểu vấn đề, chúng ta cần hiểu một điều gì đó trong lịch sử tâm lý học và phạm vi tâm lý học hiện đại.

NGUỒN GỐC TRIẾT HỌC CỦA TÂM LÝ HỌC

Tâm lý học là một ngành kiến thức chính thức thường được cho rằng xuất phát từ khoảng thập niên 1880, với công trình của những người tiên phong trong ngành tâm lý học: Wilhelm Wundt, William James và Herman Ebbinghaus. Trước thời điểm ấy, tâm lý học thực sự không tồn tại như một môn học riêng biệt mà chỉ được xem là một nhánh của triết học. Tuy nhiên, có nhiều triết gia và khoa học gia với những công trình ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển tâm lý học vì công trình của họ hình thành những giả định triết lý và khoa học cho ngành học mới. Ba nhân vật ảnh hưởng nhiều nhất là triết gia Descartes và Locke, và khoa học gia Charles Darwin.

Descartes

Một trong những triết gia ban đầu có ảnh hưởng nhất là René Descartes (1596-1650). Descartes là người đưa ra quan điểm mà ngày nay gọi là **thuyết Nhị nguyên Cartesian**: cho rằng tinh thần và cơ thể tách biệt, độc lập với nhau. Cơ thể chủ yếu là một cỗ máy, mặc dù là một cỗ máy rất phức tạp, hoạt động chức năng theo cách máy móc và cách làm việc chủ yếu mang tính tự động. Mặc dù tinh thần là nơi ngự trị của linh hồn. Như thế, tạo ra một loại chất, tương tác với cơ thể thông qua não, nhưng thực ra không phải là một bộ phận của cơ thể. Vì tính chất riêng biệt nên tinh thần không bị ảnh hưởng bởi những gì diễn ra ở cơ thể.

Tiếp cận theo thuyết nhị nguyên này hình thành cơ sở tư duy y học ở phương Tây, chỉ mới gần đây chúng ta mới bắt đầu nghiên cứu nghiêm túc quan niệm tinh thần và thể xác trong thực tế còn liên kết với nhau mật thiết hơn Descartes nghĩ nhiều. Descartes tiến hành một số nghiên cứu để chứng minh quan điểm của ông rằng cơ thể là một bộ phận tinh vi trong cỗ máy. Một trong những bộ phận nổi tiếng nhất là giải phẫu mắt bò, qua đó ông chứng minh hình ảnh được chiếu lên võng mạc của mắt thông qua con ngươi và thủy tinh thể ra sao. Chứng cứ này rất lý thú nhưng cũng hình thành một khuôn khổ nghiên cứu nhấn mạnh quan điểm cho rằng cơ thể hoạt động như một cỗ máy. Tiếp cận phần lớn xem thường những khía cạnh mang tính chỉnh thể luận hay tương tác qua lại của các chức năng hoạt động cơ thể, trở thành phổ biến trong y học và sinh học. Trong nhiều cách, hiện nay cách suy nghĩ này vẫn còn tồn tại ở chúng ta.

Mặc dù thuyết Nhị nguyên Cartesian không được thừa nhận như cách tìm hiểu về con người. Một phần, thử thách xuất phát từ ảnh hưởng của những dạng kiến thức khác từ nhiều nơi khác nhau trên thế giới, vẫn giữ lại cách tiếp cận chỉnh thể luận hay thống nhất đối với con người như thuật châm cứu của người Trung Hoa hay yoga của người Ấn Độ. (Thuyết của Descartes phản ánh truyền thống tư tưởng châu Âu, và thuyết Nhị nguyên Cartesian là cách nhận xét sự vật theo kiểu phương

Tây). Mặc dù một phần sự không thừa nhận là do kết quả nghiên cứu y học và tâm lý học cho thấy tinh thần và thể xác nói chung không độc lập với nhau – chẳng hạn như căng thẳng dài hạn có thể làm giảm tính đề kháng chống bệnh tật của cơ thể. Một phần, vì bệnh suy giảm miễn dịch AIDS đã khiến các nhà nghiên cứu y học chú ý đến các khía cạnh máy móc trong hoạt động chức năng ở cơ thể có nghĩa rằng những hệ thống chung, như cách xử lý việc nhiễm trùng và làm lành vết thương ở chính cơ thể, đã bị xem nhẹ.

Khía cạnh khác trong thuyết Nhị nguyên Cartesian liên quan đến sự phân biệt giữa con người và động vật. Descartes nghĩ rằng động vật hoạt động theo bản năng, được lập trình mù quáng để hoạt động theo cách thích hợp để sống còn. Con người trái lại có thể lập luận, và chính điều này làm cho họ trở thành đặc biệt. Câu nói nổi tiếng của Descartes: "Tôi suy nghĩ, thế là tôi tồn tại" (*Cogito ergo sum)* phát xuất từ điều này: ông nhấn mạnh rằng chính khả năng lập luận, trên hết, là đặc điểm của con người. Động vật không phải là con người vì thế chúng không có suy nghĩ. Chúng hành động mù quáng, theo bản năng máy móc, giống như là máy móc vậy.

Ngày nay, chúng ta suy nghĩ về động vật có phần hơi khác biệt và chúng hành động ra sao, một phần vì ảnh hưởng của thuyết tiến hóa, một phần vì điều chắc chắn là nhận thức của động vật và giải quyết vấn đề còn tinh vi hơn quan điểm theo thuyết Nhị nguyên nhiều. Nhưng hình thức thuyết nhị nguyên Cartesian này đã có ảnh hưởng đáng kể trong tâm lý học cũng như trong xã hội phương Tây, chúng ta sẽ nhận thấy khi khảo sát tâm lý trong hành vi động vật trong những chương cuối của quyển sách này.

Locke

Những triết gia khác cũng để lại ảnh hưởng của mình trong tâm lý học. John Locke (1632-1704) cho rằng tất cả hiểu biết có được thông qua giác quan, và con người không kế thừa hiểu biết hay bản năng nào cả. Quan điểm này được gọi là **chủ nghĩa kinh nghiệm**, và không phải chỉ riêng Locke – các triết gia khác trong thời đại ấy cũng tán thành. Chủ nghĩa kinh nghiệm có ảnh hưởng sâu rộng trong tâm lý học. Một trong những ảnh hưởng này là sau cùng đưa đến quan niệm cho rằng sinh vật chỉ nhận được kích thích bên ngoài, do đó biểu hiện hành vi, được xem là dữ liệu giá trị để tìm hiểu con người – hay một động vật bất kỳ khác. Những người theo chủ nghĩa kinh nghiệm cho rằng các quá trình bên trong chẳng hạn như suy nghĩ đều không quan trọng và không thể quan sát được. Chúng chỉ là những phản ứng trước kích thích bên ngoài, và nếu quan trọng thì chúng thể hiện điều này bằng cách ảnh hưởng đến hành vi. Vì thế, quan sát hành vi phản ứng trước kích thích cũng đủ. Mô hình "hộp đen" này là nguyên tắc cơ bản trong trường phái tư duy tâm lý học gọi là **thuyết hành vi.**

Locke nhận thức rằng chúng ta không phản ứng trước mỗi kích thích riêng lẻ. Thay vào đó chúng ta chỉ phản ứng trước toàn bộ sự kiện hay tình tiết. Locke nghĩ những điều này chỉ có thể vì chúng ta phối hợp một chuỗi **liên kết.** Chúng ta bắt đầu bằng việc liên kết một kích thích này với kích thích khác, sau đó tiếp tục hình thành những chuỗi liên kết phức tạp hơn khi tích lũy được nhiều kinh nghiệm hơn trong đời sống. Vì thế mặc dù có vẻ như thể chúng ta đang giải quyết một đơn vị tương tác đơn giản, hoàn chỉnh, thì thực ra lại bao gồm nhiều sự liên kết đơn giản, phối hợp cùng nhau. Thuyết này gọi là **thuyết liên tưởng,** cũng quan trọng trong thuyết hành vi.

Darwin

Thuyết Tiến hóa do Charles Darwin đưa ra trong năm 1859 có ảnh hưởng rất lớn đối với tâm lý học, cũng như đối với phần thế giới khoa học còn lại. Về cơ bản, thuyết Tiến hóa cho rằng yêu cầu môi trường là nguyên nhân sinh ra một quá trình phát triển chủng loài liên tục, động vật dần dần thích nghi với yêu cầu này. **Sự thích nghi** diễn ra trong một quá trình thay đổi gien dần dần thường được cho là "sự tồn tại của cây, con khỏe mạnh nhất". Quá trình liên tục này sinh ra tính đa dạng rất lớn ở cơ thể sống, có thể phân loại thành nhiều nhóm khác nhau.

Sự phân loại được biết như loài linh trưởng bao gồm khỉ, vượn cáo, khỉ không đuôi và con người là một bộ phận của nhóm sau cùng – khỉ không đuôi. Vì thế con người là một bộ phận trong chuỗi tiến hóa liên tục, chung một số đặc điểm với động vật có quan hệ gần. Do đó, một số nhà tâm lý học nghiên cứu hành vi động vật để tìm hiểu có giúp chúng ta hiểu biết nhiều hơn về hành vi con người hay không. Một số so sánh ban đầu thuộc loại này do chính Darwin tiến hành. Năm 1872, ông công bố cách so sánh giữa động vật và con người trong việc thể hiện cảm xúc, chứng minh rằng dứt khoát có những sự tương đồng giữa cách thể hiện sợ hãi, giận dữ và vui thú ở con người với sự thể hiện những cảm xúc tương tự ở các loài động vật có vú khác.

Thuyết tiến hóa ngụ ý rằng đặc điểm riêng biệt cụ thể ở động vật chắc chắn phát triển nếu chúng giúp động vật (hay cơ thể sống) thích nghi với môi trường. Sự thích nghi như thế cho phép chúng tồn tại, sống sót qua những mối đe dọa mà thành viên khác trong chủng loài đang đối mặt và không tỏ ra thích nghi tốt. Sự tồn tại của chủng loài chắc chắn phát triển nhiều hơn và lưu truyền đặc điểm hữu ích cho thế hệ con cháu, vì thế qua nhiều thế hệ, tất cả thành viên của chủng loài ấy đều chia sẻ đặc điểm ấy. Tiếp cận theo thuyết chức năng này cũng ảnh hưởng đến tâm lý học. Giả định con người có chung đặc điểm tâm lý học như ý thức hay nhận biết xã hội đều phát triển nhằm phục vụ một số loại chức năng tiến hóa hay thích nghi thực ra có cội rễ ăn sâu trong tư duy tâm lý học.

CÁC TRƯỜNG PHÁI TƯ TƯỞNG TRONG TÂM LÝ HỌC

Dựa vào nền tảng triết học do Descartes, Locke, và Darwin (cũng như những người khác) cung cấp cho rằng tâm lý học ban đầu được phát triển như một môn khoa học. Ngay từ thế kỷ 17 trở đi, số triết gia quan tâm đến hoạt động suy nghĩ của con người ngày càng nhiều và bắt đầu nghiên cứu thực nghiệm. Lĩnh vực quan tâm của họ lúc đầu được gọi là Triết học Thực nghiệm, nhưng phát triển cao hơn như một lĩnh vực kiến thức, mang tính "độc lập" thành môn tâm lý học.

TÂM LÝ HỌC NỘI QUAN

Định nghĩa tâm lý học của các nhà tâm lý học ban đầu đã rõ: tâm lý học nghiên cứu hoạt động suy nghĩ của con người. Nhiều nghiên cứu của họ bao gồm **nội quan** – họ cố gắng tìm hiểu hoạt động suy nghĩ bằng cách phân tích và báo cáo kinh nghiệm của riêng mình và kinh nghiệm của trợ lý có trình độ. Ngày nay nội quan không được xem là phương pháp nghiên cứu thích hợp mặc dù đang bắt đầu giành lại vị trí trong một số hình thức nghiên cứu tâm lý học. Nhưng vào những năm đầu nghiên cứu tâm lý học, phương pháp cung cấp nhiều tầm nhìn đáng giá, một vài lý thuyết được phát triển qua nội quan vẫn còn được áp dụng cho đến nay.

Wundt, James và Ebbinghaus

Ba nhà tâm lý học nội quan nổi tiếng nhất là Wilhelm Wundt, William James và Herman Ebbinghaus. Mỗi người góp phần trong môn học mới theo nhiều cách khác nhau. Phòng thí nghiệm tâm lý đầu tiên do Wilhelm Wundt mở ra ở Leipzig năm 1879, sinh viên trên khắp thế giới đến đây học tập. Wundt nghiên cứu một dải vấn đề, như tâm lý học sinh lý, số lần phản ứng và nghiên cứu sự chú ý, ông cũng bắt đầu nghiên cứu có hệ thống tâm lý học xã hội. Quan tâm chính của Wundt là bản chất ý thức con người, và phân tích nhiều yếu tố khác nhau đi đến việc hình thành kinh nghiệm có nhận thức kể cả nhận thức xã hội và suy nghĩ về xã hội.

William James, một nhà tâm lý học người Mỹ cũng nghiên cứu kinh nghiệm tâm thần bằng nội quan, nhưng ông tập trung nhiều hơn vào kinh nghiệm cá nhân chứ không phải tâm lý học xã hội. Năm 1890 ông xuất bản *Nguyên lý Tâm lý học* một quyển sách giáo khoa đề cập và phát triển lý thuyết về một dải rộng kinh nghiệm cá nhân, từ trí nhớ và cảm xúc của người lớn cho đến kỹ năng và kinh nghiệm của trẻ sơ sinh. Lý thuyết của James cung cấp nền tảng cho nhiều cuộc nghiên cứu sau này, một số quan điểm của ông rất giống với lý thuyết mà các nhà tâm lý học ngày nay áp dụng.

Năm 1885, Herman Ebbinghaus đưa ra một chuyên khảo phác họa chứng cứ từ nghiên cứu của ông về trí nhớ con người và cách hoạt động. Phần lớn chứng cứ trong chuyên khảo này hiện nay vẫn được áp dụng, chúng ta sẽ đề cập chi tiết trong chương nói về trí nhớ. Đặc điểm quan trọng nhất trong công trình của Ebbinghaus có lẽ là sự công phu, cực kỳ chi tiết khi ông tiến hành nghiên cứu. Cả Ebbinghaus lẫn Wundt đều ấn định một truyền thống chính xác trong thực nghiệm để lại ấn tượng mãi mãi trong môn tâm lý học mới ra đời. Các lớp học trong phòng thí nghiệm đào tạo sinh viên theo nguyên tắc cơ bản của phương pháp luận tâm lý học do Ebbinghaus, Wundt và các người khác đề ra hình thành một phần quan trọng trong nghiên cứu tâm lý học.

THUYẾT HÀNH VI

Tiếp cận nội quan trong tâm lý học tiếp diễn trong vài thập niên trước khi bị một tiếp cận mới thách thức: **thuyết Hành vi.** Năm 1913, J.B. Watson công bố bài viết mang tên *Tâm lý học xét từ quan điểm của người theo thuyết Hành vi,* trong đó ông phác họa quan điểm của mình về chiều hướng mới trong nghiên cứu tâm lý học. Watson cho rằng điều quan trọng nhất đối với tâm lý học là phải mang tính khoa học: phép nội quan quá mơ hồ, thiếu tính khách quan. Theo Watson, không thể nghiên cứu suy nghĩ vì chúng ta không bao giờ nhìn thấy trực tiếp. Thay vào đó, tất cả chúng ta đều có thể quan sát trực tiếp là hành vi – cho dù đó là hành vi bằng lời, hành động cụ thể hay thậm chí thái độ chung chung. Watson nghĩ, bằng cách tự giới hạn trong nghiên cứu hành vi, tâm lý học đưa ra nhiều quan sát có thể được người khác kiểm chứng, rõ ràng không bị thành kiến chủ quan và xuyên tạc.

Trong hai thế kỷ trước, hầu hết tất cả các ngành khoa học chính đều có những khám phá hay lý thuyết giúp giải thích rõ ràng và có ý nghĩa. Trong vật lý học có thuyết cho rằng vật chất bao gồm nguyên tử kết hợp để tạo thành phân tử, trong hóa học là khái niệm các nguyên tố, trong sinh học là thuyết tế bào vật chất, chứng minh mọi sinh vật được cấu thành bằng tế bào, vì thế cho phép các nhà nghiên cứu lần đầu tiên nhận thức sự liên kết giữa thực và động vật, và trong di truyền học sự phát triển được định hướng bằng những đơn vị di truyền đơn giản: gien. Watson nghĩ rằng chính việc nhận dạng các yếu tố cơ bản hay "khối xây dựng" đã giúp một môn học trở thành một ngành khoa học.

Thuyết liên tưởng kích thích - phản ứng

Do đó, Watson nghiên cứu những đơn vị cơ bản dẫn đến việc hình thành hành vi, ông cho rằng những đơn vị này sẽ được tìm thấy dưới hình thức liên tưởng đơn giản giữa kích thích trong môi trường bên ngoài và phản ứng của cơ thể sống. Ông cho rằng sau cùng chúng ta có khả năng giải thích tất cả hành vi con người theo nghĩa liên tưởng kích thích – phản ứng và nghiên cứu tâm lý học phải là ngành nghiên cứu những liên tưởng ấy. Chúng ta nhận thấy điều này rất giống với tiếp cận triết học do Locke phác họa trong thế kỷ 17.

Tiếp cận của Watson nằm ở 5 giả định cơ bản. Thứ nhất, tập quen là yếu tố quan trọng nhất trong việc tìm hiểu hành vi, vì thế tìm hiểu tập quen dẫn đến việc tìm hiểu hành vi. Thứ hai, tập quen phát sinh từ sự liên tưởng giữa kích thích bên ngoài và phản ứng hành vi. Thứ ba, chỉ có thông tin khách quan, có thể đánh giá mới được xem là dữ liệu khoa học giá trị và thứ tư, một quá trình tâm thần hiển nhiên hay sự cản trở những gì đang diễn ra bên trong một cơ thể sống nên được từ chối vì điều duy nhất có thể quan sát trực tiếp là hành vi của cơ thể sống ấy. Những người theo thuyết hành vi thích dùng từ "cơ thể sống" hơn là động vật hay con người, vì phản ánh giả định thứ năm, cho rằng tất cả hành vi, dù là động vật hay con người đều được hiểu biết theo cách giống nhau.

Một phần giải thích lý do sự thịnh hành của thuyết hành vi trong tâm lý học Anh, Mỹ là vì cơ chế đơn giản, dễ hiểu do những người theo thuyết hành vi đề xuất phù hợp với tư duy "kiểu hiện đại" của thời đại. Khi kết hợp với nhiều người trong thời đại, người theo thuyết hành vi đề nghị và nghĩ rằng khoa học cung cấp phương tiện giải quyết mọi vấn đề trên thế giới, kể cả tính chất khó tìm hiểu nhân tính. Phương tiện này được cho rằng phải mang hình thức khám phá của các nhà khoa học và áp dụng một vài nguyên tắc cần thiết.

Chính Watson nồng nhiệt ủng hộ quan điểm này. Năm 1928, ông tuyên bố:

'Hãy giao cho tôi khoảng mười trẻ sơ sinh khỏe mạnh, thể hình tốt, được nuôi dạy trong thế giới cụ thể hóa của riêng tôi, tôi sẽ bảo đảm việc chọn ra ngẫu nhiên một em bất kỳ và đào tạo em này trở thành một loại chuyên gia bất kỳ mà tôi muốn – trở thành bác sĩ, luật sư, họa sĩ, thương nhân quan trọng và ngay cả làm hành khất, kẻ cắp, bất kể năng khiếu, xu hướng, thiên hướng, khả năng, và chủng tộc của ông bà em này'.

Quan điểm cực đoan này cho rằng toàn bộ kinh nghiệm con người đều đơn thuần là vấn đề tập quen và trẻ sơ sinh hoàn toàn dễ dạy, dễ bảo. Nhưng lưu ý rằng Watson cụ thể hóa rằng ông cũng cần thế giới cụ thể hóa của riêng mình để nuôi số trẻ này, theo ông, sự liên tưởng giữa kích thích và phản ứng cần được kiểm soát cẩn thận, tạo cho trẻ điều kiện nuôi dạy bình thường sẽ tạo ra sự kích thích ngẫu nhiên quá nhiều đến mức không bảo đảm được kết quả.

Biến đổi do ngoại cảnh cổ điển

Quan niệm của Watson rất phù hợp với nghiên cứu về phản xạ có điều kiện do nhà tâm lý học người Nga Ivan Pavlov tiến hành, sau cùng trở thành thuyết **biến đổi do ngoại cảnh cổ điển.** Biến đổi do ngoại cảnh cổ điển phát triển khi Pavlov quan sát động vật có phản xạ ra sao khi gặp kích thích mà chúng phải tìm hiểu. Trong minh họa cổ điển, ông quan sát thấy chó trong thí nghiệm tiết nước bọt khi nhìn thấy người phụ tá mang giỏ đựng thức ăn đến. Vì sự tiết nước bọt chỉ là phản ứng duy nhất khi nhìn thấy thức ăn, Pavlov lập luận rằng chó phải học hỏi sự liên tưởng ấy. Bằng cách rung chuông mỗi lần mang thức ăn đến cho chó, ông nhận thấy sự liên tưởng mới được hình thành giữa kích thích và phản ứng – thậm chí phản ứng là những phản xạ tự động.

Nghiên cứu của Pavlov dẫn đến việc nhận dạng ba yếu tố ảnh hưởng đến biến đổi do ngoại cảnh. Thứ nhất là **tính tiếp cận** là sự liên kết thời gian và không gian giữa hai sự kiện. Thứ hai là **tần số** sau một kích thích, phản ứng có thường xuyên không. Và thứ ba là **củng cố** sự liên tưởng đã học hỏi được củng cố ra sao. Cả Pavlov lẫn Watson đều nghĩ rằng củng cố diễn ra thông qua sự lặp đi lặp lại liên tưởng giữa kích thích và phản ứng: được lặp lại càng thường xuyên thì càng thêm củng cố. Khi tiếp cận theo thuyết hành vi phát triển, công trình của B.F Skinner giới thiệu một hình thức củng cố khác, là cách kết quả tích cực cũng củng cố sự liên kết giữa kích thích và phản ứng.

Biến đổi do ngoại cảnh thực nghiệm

Thuyết hành vi thậm chí còn phát triển hơn nữa qua công trình của B. F Skinner. Skinner nhận dạng một cách khác hình thành sự liên tưởng kích thích – phản ứng: thông qua phương pháp tập quen mà ông đặt tên **biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm.** Watson cho rằng liên tưởng đã học hỏi được hình thành đơn thuần vì hai kích thích xảy ra cùng lúc và được củng cố bằng cách lặp đi lặp lại kích thích và phản ứng. Nhưng Skinner cho thấy tập quen cũng diễn ra do kết quả của hành động. Nếu một cơ thể sống được thưởng theo cách nào đó khi thực hiện hành động thì chắc chắn sẽ lặp lại hành động này. Chẳng hạn phần thưởng có thể là tích cực, được cho ăn, nơi trú ẩn, quan hệ tình dục hay một số sự kiện khác đại loại như thế, hay có thể là tiêu cực, từ bỏ một số kích thích khó chịu hay làm cho động vật lảng tránh. Trong cả hai, cơ thể sống chắc chắn lặp lại hành động mang lại kết quả thú vị, bằng cách này cơ thể sống tập quen.

Ngoài ra, Skinner lập luận cùng cơ chế có thể sử dụng để hình thành hành động mới. Điều này diễn ra dần dần, qua một quá trình gọi là **định dạng hành vi.** Trong định dạng hành vi, một động vật – hay đúng ra một cơ thể sống – được thưởng do thực hiện hành động gần giống hay ít nhất tương tự với hành động mà người phát thưởng muốn chúng thực hiện. Dần dần, chúng làm điều này ngày càng thường hơn, khi điều đó diễn ra, đôi khi cơ thể sống làm theo cách thậm chí còn giống với mục tiêu hơn. Khi chỉ những hành động thật giống mới được thưởng thì động vật thực hiện hành động này thường hơn, cho đến khi hành vi của chúng dần dần được định dạng theo cách hoàn toàn mới. Một số ứng dụng khái niệm này được đề cập trong Khung 1.1.

Chứng minh của Skinner rằng thậm chí một hành vi hoàn toàn mới cũng hiểu được trong khuôn khổ thuyết hành vi phần lớn làm nổi bật ảnh hưởng trong tâm lý học như một tổng thể. Ông sử dụng biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm để giải thích tính chất mới lạ và tính chất không ngờ trong hành vi con người, thậm chí quả quyết rằng ngôn ngữ con người chỉ có được thông qua tập quen kích thích – phản ứng – một quả quyết dẫn đến sự đối đầu giữa ông và nhà ngôn ngữ học Noam Chomsky, người cho rằng tố chất ngôn ngữ mang tính bẩm sinh.

TÂM LÝ HỌC CHÂU ÂU

Tuy nhiên, Chomsky không phải là người duy nhất lập luận phản đối thuyết hành vi. Thuyết hành vi chủ yếu là một tiếp cận **giản hóa luận** trong tâm lý học, lập luận rằng (a) tâm lý học con người không gì khác hơn là thể hiện hành vi, và (b) hành vi có thể hiểu thuần túy theo nghĩa kết hợp những đơn vị nhỏ. Nhưng nhiều nhà tâm lý học, nhất là ở châu Âu, cảm thấy rằng có nhiều khía cạnh trong kinh nghiệm và hành vi con người không thể hiểu được bằng cách giản lược chúng thành những bộ phận cấu thành: một số kinh nghiệm con người mang tính chỉnh thể luận hay bản thân đã hoàn thành. Tâm lý học Mỹ phần lớn theo thuyết hành vi trong khi tâm lý học châu Âu có khuynh hướng nhấn mạnh sự phát triển các lý thuyết chính thể luận nhiều hơn về chức năng hoạt động tâm lý học.

Trường phái Cấu trúc

Ở Đức, trường phái tâm lý học phát triển được gọi là **tâm lý học cấu trúc** theo từ 'Gestalt' trong tiếng Đức có nghĩa hình dạng hoàn chỉnh hay thực thể. Các nhà tâm lý học Cấu trúc nghiên cứu những khía cạnh kinh nghiệm con người mà họ cho rằng bản thân chúng mang tính chung – chúng không thể giản lược thành các bộ phận cấu thành và vẫn còn như nhau. Chẳng hạn, họ nghĩ rằng có được hiểu biết đột ngột bản chất vấn đề hay nhận thức các mẫu và sự hoàn chỉnh từ hình ảnh không hoàn chỉnh là kinh nghiệm cơ bản trong tâm lý học con người không thể hiểu là liên tưởng kích thích – phản ứng. Chúng ta nghiên cứu một số công trình của họ khi nghiên cứu nhận thức và một số hình thức tư duy và tập quen.

Khi các nhà tâm lý học Cấu trúc di cư sang Mỹ trước hay trong Thế chiến II, họ thấy mình đối mặt với thuyết hành vi và sự phản đối thuyết hành vi của họ được phát biểu có hệ thống rõ ràng hơn nhiều. Họ bắt đầu nhấn mạnh các khía cạnh kinh nghiệm xã hội nhiều hơn – một phần do sự khăng khăng của thuyết hành vi cho rằng kinh nghiệm xã hội không quan trọng hơn một loại kích thích bất kỳ. Sự khăng khăng của họ ở chỗ cái chung chỉ là tổng các thành phần, cho dù trong nhận thức, trong suy nghĩ hay trong tập quen, trở thành tiêu điểm đối với nhiều nhà tâm lý học không sẵn sàng chấp nhận thuyết giản hóa luận trong tiếp cận hành vi. Những áp dụng điều trị tâm lý học Cấu trúc hình thành nền tảng phát triển thuyết tâm lý học nhân văn về sau này.

Nhận thức luận di truyền

Lý thuyết có ảnh hưởng khác ở châu Âu liên quan đến việc phát triển và tiến hóa kiến thức về con người. Jean Piaget, một nhà sinh học người Thụy Sĩ, quan tâm đến việc suy nghĩ con người phát triển ra sao. Đặc biệt, ông lần theo diễn tiến tiến hóa sau cùng dẫn đến tính logic hình thức mà ông xem là hình thức tư duy phát triển cao nhất. Dựa trên nguyên tắc sinh học phổ biến cho rằng "sự phát triển cá thể tóm tắt sự phát sinh chủng loại"- quan niệm cho rằng sự phát triển cá thể (ontogeny) lần theo sự phát triển tiến hóa của chủng loài (phylogeny) - Piaget bắt đầu nghiên cứu cách phát triển suy nghĩ ở trẻ và hình thức tư duy khác nhau phát triển ra sao một quá trình ông gọi là **nhận thức luận di truyền**.

Nghiên cứu cách suy nghĩ ở trẻ đã chiếm hết quãng đời nghiên cứu còn lại của Piaget. Ông nghiên cứu cách trẻ tìm hiểu số lượng và con số, vật thể trong thế giới xung quanh và thậm chí tình huống khó xử. Sau cùng, nghiên cứu này đưa đến một lý thuyết quan trọng về sự phát triển suy nghĩ ở trẻ, thịnh hành trong tâm lý học trẻ em trong nhiều năm. Chúng ta sẽ khảo sát lý thuyết này ở các chương sau, cũng như một số phê bình gần đây. Những phê bình này phần lớn từ cách nghiên cứu của Piaget trong vai trò một nhà sinh học thường xem nhẹ tính phức tạp trong hiểu biết xã hội, vì thế ngày nay lý thuyết của ông được xem có phần hạn chế. Nhưng nhiều quan điểm của Piaget hiện nay vẫn còn giá trị, và lý thuyết của ông làm tăng hiểu biết tâm lý học về suy nghĩ ở trẻ rất nhiều.

Tâm lý học xã hội châu Âu

Trong thời gian gần đây hơn, tâm lý học châu Âu tiếp tục tập trung phát triển lý thuyết. Các nhà nghiên cứu châu Âu trong cả tâm lý học nhận thức lẫn xã hội đều nhắm đến việc phát triển lý thuyết qui mô rộng, định hướng và kết hợp nghiên cứu tâm lý học theo cách cho phép quá trình tâm lý học mà họ nghiên cứu được xem là một bộ phận trong một bối cảnh phức tạp hơn. Trái lại, tâm lý học xã

Khung 1.1: Áp dụng nguyên tắc thuyết hành vi

Khi Watson rời khỏi thế giới học thuật, do vụ tai tiếng liên quan đến thư ký của ông và nghiên cứu hành vi tình dục ở con người, ông chuyển sang quảng cáo. Ông áp dụng nguyên tắc thuyết hành vi vào việc xây dựng, định thời gian và địa điểm quảng cáo, tỏ ra rất thành công. (Giải thích có thể khác tại sao thuyết hành vi chi phối tâm lý học phương Tây là vì được áp dụng thành công trong thế giới thương mại). Nhưng nguyên tắc kích thích – phản ứng cũng được áp dụng trong nhiều lĩnh vực khác. Nổi tiếng nhất là trong việc điều trị các chứng sợ, quản lý lớp học, trong học tập lập trình và hệ thống kinh tế quy ước.

Điều trị các chứng sợ cùng với công việc quảng cáo của Watson trực tiếp dựa vào sự liên tưởng giữa kích thích và phản ứng. Sử dụng màu sắc trong quảng cáo chẳng hạn như cách sử dụng màu xanh trời để ngụ ý sự sảng khoái, màu xanh lục ngụ ý thư giãn, là sản phẩm trực tiếp trong công trình của Watson. Mặc dù một số ứng dụng sử dụng biến đổi do ngoại cảnh thực nghiệm hơn là cổ điển, và những biến đổi này có khuynh hướng bao gồm kỹ thuật định dạng hành vi.

Trong định dạng hành vi, một loại hành vi mong muốn được đạt đến dần dần bằng hành vi được thưởng theo hệ thống là phương tiện đạt đến mục tiêu sau cùng. Áp dụng biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm trong quản lý lớp học chẳng hạn, một học sinh có vấn đề phá hoại có hệ thống lần đầu tiên được thưởng vì ngồi im không phá trong vài phút. Kết quả học sinh này ngồi im thường hơn, khi hành động này trở thành quen thuộc, tiêu chuẩn củng cố thay đổi. Lúc này, cần phải ngồi im không phá lâu hơn – một ít phút vẫn chưa đủ. Bằng cách điều chỉnh điều mà Skinner gọi là sự củng cố ngẫu nhiên, hành vi của trẻ dần dần được định dạng theo hướng xã hội chấp nhận.

Bộ phận quan trọng khác trong áp dụng biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm là tránh dùng hình phạt. Quan niệm là phải thưởng cho hành vi thích hợp, vì thế hướng dẫn trẻ làm điều mình mong muốn. Hành vi không mong muốn phải được bỏ qua vì khiến người khác chú ý thường có tác động như một củng cố không theo dự định. Trong trường hợp trẻ hư hỏng nghiêm trọng, điều này đạt được bằng những khóa “ngoài giờ”, trong đó trẻ bị kéo ra khỏi lớp. Hệ thống kinh tế qui ước, như điều trị các chứng sợ, được đề cập trong Chương 9, nhưng cũng hoạt động theo cách tương tự.

Hệ thống học tập lập trình là một phát triển giáo dục khác từ công trình của Skinner, hoạt động trên nguyên tắc nhiệm vụ học tập nên được cấu trúc theo cách dễ đưa ra lời đáp đúng hơn là lời đáp sai – để tối đa hóa củng cố. Hệ thống học tập lập trình hoạt động theo những khoanh nhỏ, đối với học viên có nhiều cơ hội để ôn lại các bước và thực hiện đúng. Skinner dự đoán rằng cỗ máy giảng dạy sau cùng trên cơ sở học tập lập trình sẽ thay thế con người trong lớp học. Điều này không hề xảy ra nhưng khái niệm học tập lập trình ảnh hưởng rất lớn trong việc phát triển chương trình giảng dạy và cách suy nghĩ của các nhà giáo dục về chương trình giảng dạy.

hội Mỹ theo truyền thống tập trung nhiều hơn trong nghiên cứu thực nghiệm và áp dụng chứng cứ nghiên cứu cụ thể. Dĩ nhiên, mặc dù có nhiều lý thuyết về tâm lý học xã hội Mỹ, thường được dùng để giải thích chứng cứ nghiên cứu sau khi tìm ra chứng cứ hơn là định hướng, định hình nghiên cứu.

Tâm lý học xã hội châu Âu có lẽ là minh họa tốt nhất khi chọn tiếp cận châu Âu hiện đại, được kết hợp lại khi Henri Tajfel sáng lập *European Journal of Social Psychology* năm 1972. Có hai lý thuyết quan trọng hình thành nền tảng của tiếp cận này: lý thuyết đồng nhất xã hội và lý thuyết miêu tả xã hội. Lý thuyết đồng nhất xã hội quan tâm đến việc tư cách thành viên trong nhóm xã hội của chúng ta có thể ảnh hưởng và định hình phản ứng của chúng ta đối với người khác và đối với hành động của riêng chúng ta ra sao. Lý thuyết miêu tả xã hội khám phá suy nghĩ xã hội thường được xã hội chấp nhận và đưa ra lời giải thích tại sao su việc diễn ra như thế. Cả hai lý thuyết này phát triển do kinh nghiệm của châu Âu trong Thế chiến II và sau đó phần lớn công trình của các nhà tâm lý học xã hội châu Âu diễn ra trong bối cảnh lý thuyết.

PHÂN TÂM HỌC

Trong khi tất cả điều này diễn ra trong lĩnh vực tâm lý học hàn lâm, thì một khía cạnh hoàn toàn khác trong tâm lý học được phát triển từ y học. Khía cạnh tâm lý học này tìm hiểu các vấn đề tâm lý học, bắt đầu bằng công trình của Freud, phát triển cách hiểu mới về bệnh tâm thần bằng kỹ thuật phân tâm học. Công trình của ông mở ra một loại hiểu biết tâm lý học mới trong đó nhấn mạnh vào việc phân tích suy nghĩ tiềm thức và suy nghĩ này tác động đến tư duy và tình trạng khỏe mạnh của cơ thể ra sao.

Phân tâm học, tên gọi tiếp cận mới, xem suy nghĩ con người chủ yếu giống như tảng băng, 4/5 chìm dưới mặt nước. Mặt nước trong trường hợp này là ý thức. Các nhà phân tâm học cho rằng chúng ta chỉ biết được một phần nhỏ suy nghĩ của con người, và hầu hết các quá trình tâm lý quan trọng thúc đẩy hành vi và dồn cảm xúc của chúng ta đều mang bản chất tiềm thức. Nếu có sự rối loạn trong bộ phận suy nghĩ tiềm thức nguyên nhân là do mâu thuẫn hay chấn thương ban đầu chưa được giải quyết, sẽ ảnh hưởng đến hành động của con người, tạo ra hành vi bất thường và thậm chí bệnh tâm thần. Ngay cả ở con người bình thường, suy nghĩ tiềm thức đôi khi tạo ra phản ứng không phù hợp hay phi lý.

Khi Freud đưa ra lý thuyết vào đầu thế kỷ, đây là sự thách thức cơ bản đối với suy nghĩ đã được chấp nhận trong thế kỷ trước. Trước phân tâm học, người ta hầu hết cho rằng suy nghĩ con người mang tính duy lý, có thể kiểm soát bằng suy nghĩ có thứ tự và rèn luyện tinh thần. Tiếp cận này còn gọi **chủ nghĩa duy lý,** chi phối suy nghĩ và giá trị trong thế kỷ 19. Nghiên cứu của Freud không thừa nhận điều này và cũng đưa ra cách tìm hiểu một số khía cạnh nhân tính khó hiểu hơn trở nên rõ ràng, và không thể giải thích bằng phương tiện duy lý. Tiếp cận thậm chí được nhiều người chấp nhận do kết quả cuộc chém giết trong Thế chiến I – một kinh nghiệm không thể giải thích bằng mô hình duy lý.

Phân tâm học giúp các nhà trị liệu một cách tìm hiểu khác về bệnh tình ở con người. Có một số người mang triệu chứng cấp tính chẳng hạn như đau nhức cơ thể hay bị liệt một chi, có vẻ không có nguyên nhân cụ thể, không kết quả khi điều trị tâm thần theo quy ước. Freud và những nhà phân tâm học khác do ông đào tạo giải thích những trường hợp này theo nghĩa mâu thuẫn và lo âu nội tâm bị chôn sâu. Freud lập luận, suy nghĩ bao gồm ba phần: **ego** (cái tôi, bản ngã), khá thực tế vào hoạt động như một giao diện giữa suy nghĩ và thực tại; **id** (xung động bản năng), bao gồm cảm xúc, mong muốn, xung động bên trong cần được đáp ứng nhất thời tất cả nhu cầu hay nguyện vọng; và **superego** (cái siêu ngã), là ý thức nhiệm vụ, trách nhiệm và lương tâm trong xã hội - một tác động rất thuyết phục trong xã hội tiền tiêu thụ.

Theo Freud, siêu ngã và xung động bản năng đều đòi hỏi khắt khe và không thực tế, cả hai tranh giành ảnh hưởng đến cái tôi. Cái tôi duy trì sự cân bằng động giữa yêu cầu mâu thuẫn chúng, nhường một ít cho yêu cầu này và một ít cho yêu cầu khác nhưng đảm bảo rằng kiểm soát được cả hai. Cả cái tôi và siêu ngã đều là tiềm thức, nhưng có thể suy luận sự hiện hữu của chúng và quan tâm của chúng khi chúng đột phá vào ý thức dưới hình thức lỡ lời, giấc mơ biểu tượng và lo âu tâm lý. Mục đích của nhà trị liệu là phải củng cố cái tôi bằng cách làm cho con người nhận biết có ý thức những tác động nội tâm này, cho phép họ giải quyết mâu thuẫn và chấn thương ban đầu giúp họ thêm nghị lực.

Phân tâm học khác hẳn với những tiếp cận sử dụng trong tâm lý học hàn lâm – không những về lý thuyết mà còn về cách giải thích chứng cứ. Nơi nào tâm lý học hàn lâm trung thành với suy nghĩ chứng cứ tâm lý phải nên phát xuất từ nghiên cứu khoa học và một số loại chứng cứ thực nghiệm, thì nơi ấy phân tâm học hoạt động trên cơ sở tiếp cận **mang tính hiện tượng học** nhiều hơn – xem kinh nghiệm tâm thần là thông tin quan trọng nhất. Các nhà phân tâm học cho rằng "chân lý tâm lý học" chỉ giá trị trong việc tìm hiểu con người trong tư cách thực thể khách quan, hữu hình – và hữu dụng hơn nhiều trong tâm lý liệu pháp.

Lý thuyết phân tâm học có ảnh hưởng đáng kể đến một số lĩnh vực tâm lý học, nhất là trong việc tìm hiểu sự phát triển ở trẻ. Chúng ta sẽ nghiên cứu chi tiết hơn những quan điểm này ở phần điều trị tâm lý cũng như tâm lý học phát triển. Lý thuyết phân tâm học chi phối hiểu biết hành vi bất thường trong nửa đầu thế kỷ 20 và cũng để lại dấu ấn ở xã hội nói chung, khi khái niệm phân tâm học – hay ít nhất, phiên bản phổ biến của chúng – trở thành một bộ phận trong hiểu biết xã hội hàng ngày. Nhưng chúng rất khác biệt với những lý thuyết mà các nhà tâm lý học hàn lâm phát triển, ít nhiều phản đối toàn bộ thuyết hành vi vốn là tiếp cận thịnh hành trong tâm lý học khoảng thập niên 1930.

ĐIỀU TRỊ HÀNH VI

Tuy nhiên khi tâm lý học phát triển, các nhà tâm lý học bắt đầu tìm kiếm những cách mới tìm hiểu bệnh nhân và phân tích hành vi bất thường. Thậm chí một vài nhà tâm lý học cố gắng san bằng khoảng trống giữa phân tâm học và thuyết hành vi. Có lẽ thành công nhất trong số này là một nhóm nhà tâm lý học Mỹ (như nhóm của Dollard, 1939), những người đã chọn khái niệm phân tâm học lâu đời và khái niệm lại theo nghĩa biến đổi ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm. Công trình của họ cung cấp cho các nhà tâm lý học lâm sàng cơ sở áp dụng nguyên tắc lý thuyết học tập được các nhà tâm lý học hàn lâm phát triển để điều trị bệnh tình cụ thể như các chứng sợ. Điều trị mới thành công đáng kể, khi so sánh với những điều trị khác trong thời đại, **điều trị hành vi** nhanh chóng trở thành một bộ phận có ý nghĩa trong tâm lý học lâm sàng.

Một số điều trị hành vi trên cơ sở nguyên tắc kích thích – phản ứng. Điều trị các chứng sợ, chẳng hạn cố gắng phá vỡ mối liên kết kích thích – phản ứng hiện có và để hình thành những liên kết mới (xem Chương 9). Tiếp cận cũng chọn quan điểm, vì tất cả hành vi con người đều được tập quen (một suy nghĩ theo thuyết hành vi), hành vi bất thường do các chứng sợ tạo ra cũng được tìm hiểu. Vì thế bản chất điều trị là phải nhận dạng mối liên kết giữa kích thích và phản ứng, để thay thế những phản ứng xen kẽ đối với cùng một kích thích.

Điều trị ác cảm cũng áp dụng biến đổi ngoại cảnh cổ điển, nhưng lần này đặt con người vào hành vi lảng tránh. Nếu một người bị điện giật mỗi lần họ tiếp xúc với một kích thích cụ thể, thì ngay sau đó họ phản ứng với kích thích ấy bằng sự sợ hãi và lảng tránh. Nhưng điều trị ác cảm, mặc dù sử dụng phổ biến – và bị lạm dụng – trong thập niên 1960, nói chung không thành công ở con người như điều trị các chứng sợ.

Dần dần, một hình thức điều trị hành vi thứ ba xuất hiện, dẫn đến công trình của Albert Bandura. Bandura tiến hành những nghiên cứu mở rộng sự bắt chước và nhận dạng, chứng minh một số hình thức tập quen không diễn ra trong quá trình thử nghiệm và sai sót, mà có thể xảy ra nhanh chóng hơn nhiều. Các nhà tâm lý học lâm sàng bắt đầu áp dụng loại tập quen này để đào tạo con người gặp những rối loạn hành vi bằng cách lập mô hình hành vi thích hợp và khuyến khích bệnh nhân bắt chước theo hành vi mô hình. Tiếp cận này còn gọi là **thay đổi hành vi**, bổ sung đáng kể vào dải điều trị dành cho các nhà tâm lý học lâm sàng mong muốn sử dụng điều trị hành vi như một điều trị thay thế cho phân tâm học.

TÂM LÝ HỌC NHÂN VĂN

Sau Thế chiến II, trường phái tư tưởng thứ ba bắt đầu xuất hiện trong tâm lý học lâm sàng. Trường phái tư tưởng này còn gọi là **tâm lý học nhân văn**, và có quan điểm về con người khác hẳn với tổ chức theo thuyết hành vi hay phân tâm học. Tâm lý học nhân văn phần lớn dựa trên cơ sở khả năng hiểu biết có được từ tâm lý liệu pháp, nơi bệnh nhân – nhất là những bệnh nhân phục hồi – khăng khăng ám chỉ mình là những người có dự định, kế hoạch và tham vọng, thay vì xem bản thân là những xung động bản năng và siêu ngã đang tranh giành, hay những những tập hợp liên kết kích thích – phản ứng và những tính ngẫu nhiên của hành vi. Có lẽ, theo đề nghị của các nhà nhân văn, điều này ngụ ý rằng việc xem con người như một tổng thể có thể là một ý tưởng hay.

Đề nghị cấp tiến này có ảnh hưởng rất lớn đối với tâm lý học thời hậu chiến, và ảnh hưởng của nó càng tăng khi xã hội tiêu dùng xuất hiện. Có hai lý thuyết gia quan trọng trong tâm lý học nhân văn: Abraham Maslow, nghiên cứu động cơ thúc đẩy ở con người (trong các vấn đề khác) và Carl Rogers, phát triển mô hình nhân cách và tiếp cận tâm lý liệu pháp nhấn mạnh tầm quan trọng của quyết định, ý kiến và quan điểm của chính bệnh nhân. Chúng ta khảo sát công trình của hai nhà tâm lý học này trong các chương liên quan, nhưng mỗi công trình đều ảnh hưởng rất lớn trong thời đại của hai ông và tiếp tục ảnh hưởng cho đến ngày nay.

Một bộ phận chính trong tiếp cận nhân văn là năng lực của con người đối với sự thay đổi và **phát triển cá nhân** tích cực. Con người không những là nạn nhân tiêu cực của tình huống hay của kinh nghiệm ban đầu: thay vào đó, các nhà nhân văn lập luận con người phấn đấu phát triển chính mình và thực hiện khả năng của mình. Vấn đề xuất hiện khi sự phấn đấu ấy bị thất vọng vì con người cần học hỏi những vấn đề mới để có sự chọn lựa riêng và kiểm soát hành vi của riêng mình. Nếu không thể làm được những điều này, thì họ căng thẳng, mâu thuẫn nhân cách và thậm chí rối loạn tâm thần. Vì thế, các nhà tâm lý học nhân văn xem việc sử dụng sự tự nguyện và chọn lựa là yếu tố quan trọng sống còn trong hành vi con người khỏe mạnh về tâm lý.

Các nhà tâm lý học nhân văn cũng nhấn mạnh bản chất nhân cách **theo chính thể luận**, phủ nhận bức tranh suy nghĩ phân mảnh trong mâu thuẫn thường trực với chính nó theo phân tâm học trình bày, và cũng phủ nhận bức tranh theo thuyết nguyên tử do thuyết hành vi trình bày. Trong khi nhiều yếu tố khác nhau có thể phối hợp để tác động đến người khác dù sao người khác cũng là con người, tự thân thực hiện ý kiến và kế hoạch của riêng mình.

Khái niệm cơ bản khác trong tâm lý học nhân văn là khái niệm **sự tự thể hiện tiềm năng.** Theo nghĩa đen, thuật ngữ ám chỉ việc tự thực hiện hay làm cho cái tôi của mình trở thành hiện thực. Đối với Maslow, điều này có nghĩa đạt đến một trạng thái thỏa mãn mọi nhu cầu, và cá nhân có khả năng thực hiện đầy đủ tiềm năng của mình. Chúng ta sẽ khảo sát mô hình nhu cầu theo hệ thống thứ bậc của Maslow trong chương động cơ thúc đẩy. Đối với Rogers, như minh họa trong chương điều trị, sự tự thể hiện tiềm năng có mục tiêu không gì khác quá trình. Ông xem nhu cầu tự thể hiện tiềm năng là một nhu cầu cơ bản ở mọi người: tất cả chúng ta tìm cách phát triển chính mình, và thực hiện tiềm năng của mình, đây là một trong hai nhu cầu tâm lý cơ bản phải được thỏa mãn – nhu cầu khác là được người khác xem trọng.

Trường phái tư tưởng nhân văn trong nhiều cách có ảnh hưởng nhiều hơn khuôn khổ đề xuất, tạo ra cách thức để các nhà tâm lý học khảo sát một số khía cạnh tích cực hơn hay ít nhất mang tính cá nhân trong động cơ thúc đẩy và nhân cách ở con người. Khuyến khích các nhà tâm lý học tính đến tính chất chủ tâm trong hành vi con người – quan niệm rằng đôi khi con người làm việc vì họ có dự định làm, đặt nền tảng thừa nhận những quan tâm đạo đức sau này tạo sự khác biệt trong cách tiến hành nghiên cứu của các nhà tâm lý học, khuyến khích sự phát triển phương pháp luận về chất lượng trong tâm lý học: chúng ta sẽ khảo sát ở các chương sau. Và quan trọng hơn hết giới thiệu lại khái niệm con người tổng thể trong tâm lý học đã bị sa lầy trong thảo luận về cơ chế và quá trình mà quan niệm con người tổng thể hoàn toàn biến mất. Như thế, đặt ra nền tảng cho nhiều thay đổi cơ bản diễn ra trong tâm lý học vào cuối thế kỷ 20.

CÁCH MẠNG NHẬN THỨC

Vào cuối thập niên 1950 và đầu 1960, các nhà tâm lý học hàn lâm dần dần xem tiếp cận theo thuyết hành vi là hữu dụng nhưng hạn chế. Công trình mới về công nghệ thông tin và sau này về máy vi tính, dẫn đến sự quan tâm càng nhiều về cách xử lý thông tin của con người. Sự phát triển nhanh chóng công nghệ quốc phòng trong Thế chiến II đã khuyến khích tâm lý học nghiên cứu nhận thức con người nhất là cảnh giác và chú ý, vì những câu hỏi như một nhân viên tổng đài duy trì sự chăm chú nhìn vào màn hình radar trong bao lâu mà không bị sai sót, có ý nghĩa rất quan trọng. Thập niên 1950 cũng chứng kiến sự phát triển trong nghiên cứu trí nhớ con người, cũng như những vòng mở đầu cho cuộc tranh luận quan trọng giữa B.F Skinner (theo thuyết hành vi) và Noam Chomsky (theo thuyết tâm lý ngôn ngữ) về việc có được ngôn ngữ ở trẻ em.

Tiếp cận xử lý thông tin đưa ra một biện pháp thay thế thuyết phục cho những hạn chế trong thuyết hành vi, và nhanh chóng thịnh hành. Sự phát triển tâm lý học nhận thức tiếp tục trong suốt các thập niên 1970 và 1980. Nghiên cứu nhận thức tìm hiểu nhiều khía cạnh khác nhau trong đời sống tâm thần, chẳng hạn như sử dụng trí tưởng tượng trong miêu tả, quá trình ra quyết định và giải quyết vấn đề, cũng như lập luận. Phối hợp hiểu biết nhận thức con người và tập quen từ trường phái Cấu trúc với chứng cứ từ nghiên cứu học thuật về trí nhớ, và máy vi tính cung cấp mô hình hấp dẫn cho thấy con người xử lý thông tin ở mức độ nhận thức ra sao.

Những thay đổi này còn gọi là **cách mạng nhận thức.** Từ "nghiên cứu suy nghĩ" sang "nghiên cứu hành vi", tâm lý học đã đi trọn một vòng. Lại nghiên cứu suy nghĩ một lần nữa nhưng lần này với hiểu biết bổ sung và phương pháp thực nghiệm chặt chẽ hơn có được từ các giai đoạn khác trong lịch sử môn học – và quan trọng nhất, nhấn mạnh đến nghiên cứu trên cơ sở phòng thí nghiệm, thực nghiệm.

Hạn chế của cách mạng nhận thức

Tuy nhiên có hai hạn chế trong cách mạng nhận thức dần dần trở thành hiển nhiên. Một là nhấn mạnh nghiên cứu trên cơ sở phòng thí nghiệm có khuynh hướng loại trừ các phương pháp nghiên cứu khác. Dần dần, các nhà tâm lý học càng nhận thức phương pháp phòng thí nghiệm chỉ nghiên cứu một dải hành vi con người hạn chế. Áp lực bắt đầu tăng đòi hỏi có phương pháp nghiên cứu "giá trị về mặt sinh thái" nhiều hơn về con người làm gì và suy nghĩ ra sao – phương pháp thừa nhận tính phức tạp trong hành vi con người trong đời sống hàng ngày.

Hạn chế thứ hai liên quan đến hạn chế thứ nhất mặc dù không giống hệt nhau. Đây là ảnh hưởng ngày càng tăng của phép ẩn dụ máy tính trong tâm lý học nhận thức. Trong những năm đầu cách mạng nhận thức, các nhà nghiên cứu như Jerome Bruner chứng minh yếu tố cá nhân và xã hội ảnh hưởng đến quá trình nhận thức ra sao. Nhưng khi lý thuyết tâm lý học nhận thức gắn bó mật thiết với quan niệm cho rằng não người "như máy vi tính", thì những khái niệm này ngày càng bị xem nhẹ hay phớt lờ.

Khám phá khía cạnh nhận thức

Thay đổi mà cách mạng nhận thức mang đến cho ngành tâm lý học mang tính rộng khắp, tuy nhiên giới nghiên cứu ở các ngành tâm lý học khác cũng quan tâm đến việc con người ý thức ra sao về kinh nghiệm của mình. Tâm lý học xã hội thay đổi hướng đến việc nghiên cứu nhận thức xã hội, tìm hiểu nhận thức xã hội ảnh hưởng đến sự tương tác ra sao. Các nhà tâm lý học phát triển ngày càng quan tâm đến việc phát triển nhận thức xã hội ở trẻ và hiểu biết về người khác. Trong lĩnh vực sinh lý, các nhà tâm lý học nghiên cứu các lĩnh vực như giấc ngủ, kiểm soát căng thẳng và tâm lý học thần kinh nhận thức, thậm chí các nhà tâm lý học so sánh bắt đầu đồng ý nghiên cứu nhận thức và trí năng ở động vật. Khi cách mạng nhận thức phối hợp với tiếp cận chính thể luận với con người do các nhà tâm lý học nhân văn phát triển, thì những thay đổi mới này tạo ra một nhận thức tâm lý học phức tạp hơn, dàn trải qua nhiều cấp độ giải thích tâm lý khác nhau và nhấn mạnh ý nghĩa quan trọng tìm hiểu con người trong bối cảnh của riêng mình.

PHÁT TRIỂN QUAN TÂM ĐẠO ĐỨC

Lịch sử phức tạp của tâm lý học (điều này đã giản dị hóa!) không chỉ góp phần cho những quan tâm và định nghĩa quan trọng mà còn để lại dấu ấn trên các phương pháp mà các nhà tâm lý học sử dụng để điều nghiên đối tượng. Chẳng hạn, phương pháp luận nội quan, chẳng hạn như kỹ thuật kiểm soát thực nghiệm chặt chẽ do Ebbinghaus phát triển, được duy trì trong thời gian dài sau khi thuyết nội quan biến mất. Tương tự rất lâu sau thời hoàng kim của thuyết hành vi, nhiều lĩnh vực tâm lý học vẫn còn chịu ảnh hưởng của sự khăng khăng theo thuyết hành vi cho rằng chỉ hành vi được quan sát mới là thông tin có giá trị. Nhưng thay đổi hướng đến tiếp cận chính thể luận nhiều hơn cũng tạo ra thay đổi trong phương pháp luận tâm lý học và đặc biệt sự chấp nhận tính đa dạng nhiều hơn. Các nhà tâm lý học bắt đầu chấp nhận không có phương pháp nghiên cứu riêng lẻ nào có thể giải thích tất cả, đôi khi tốt hơn là nên áp dụng kỹ thuật **phép đạc tam giác** – sử dụng nhiều phương pháp khác nhau khi nghiên cứu cùng một lĩnh vực.

Sự quan tâm về các vấn đề đạo đức trong tâm lý học là một yếu tố góp phần quan trọng cho khuynh hướng này. Tiếp cận thực nghiệm và hành vi truyền thống chủ yếu được vận dụng, xem con người đơn thuần như việc cung cấp nguyên liệu thô từ đó thu được dữ liệu, và cố gắng "kiểm soát" sự xúc phạm nhân cách hay suy nghĩ hợp lý của nhân vật ấy. Ngoài ra, tư tưởng phương Tây vào đầu thế kỷ 20 có khuynh hướng củng cố quan điểm cho rằng nhà khoa học, trong tư cách người tìm kiếm chân lý, không phải quan tâm đến giá trị đạo đức. Do đó, sự lừa gạt và lôi kéo hầu như trở thành thông thường trong thí nghiệm tâm lý học vào thời điểm ấy và nhiều nghiên cứu tâm lý học bao gồm thực tế mà ngày nay chúng ta hoàn toàn không thể chấp nhận được.

Nhưng phải xét đến việc con người như một người hoàn chỉnh cũng ảnh hưởng nghiêm trọng đối với niềm tin, ý kiến và phản ứng của con người ấy. Trong thập niên 1960, một vài nhà tâm lý học bắt đầu lên tiếng quan tâm vấn đề đạo đức, mặc dù hầu hết không quan tâm đến những vấn đề như thế. Năm 1963, Milgram công bố giải thích nghiên cứu sự phục tùng, yêu cầu người ta giả vờ quản lý, nhưng rõ ràng làm chết người, điện giật một nạn nhân vô tội rõ ràng. Năm sau, Baumrind công bố bài viết bàn về vấn đề đạo đức do nghiên cứu của Milgram đưa ra. Dần dần, quan tâm về vấn đề đạo đức ngày càng nhiều, sau cùng dẫn đến bộ luật đạo đức nghiêm khắc về hạnh kiểm dành cho các nhà tâm lý học.

Đạo đức học và phương pháp luận

Thay đổi này trong định hướng phản ánh sự quan tâm ngày càng nhiều đến trách nhiệm và đạo đức học trong xã hội nói chung và cần phải điều chỉnh phương pháp luận tâm lý học. Tâm điểm quan tâm về vấn đề đạo đức là tôn trọng cá nhân, bao gồm nhiều sửa đổi trong phương pháp truyền thống. Sự lừa gạt chẳng hạn trở thành một vấn đề phải được biện minh rõ ràng, hơn là một vấn đề vốn là quá trình thông thường trong nghiên cứu tâm lý học. Các nhà nghiên cứu tâm lý học lúc này đã có "người tham gia nghiên cứu" để giúp họ hơn là "đối tượng" làm theo lệnh, và sự thay đổi này trong vốn từ thể hiện cách khác nhau để nhận thức những người này. Người tham gia nghiên cứu cũng được thừa nhận là có quyền mà người thí nghiệm phải tôn trọng. Nói cách khác, người tham gia nghiên cứu tâm lý học được thừa nhận là những sinh vật tự chủ, có khả năng chọn lựa với sự am hiểu về cách hành động cũng như được quyền nhận được đầy đủ thông tin về kinh nghiệm. Họ không được xem đơn giản là vật thí nghiệm.

Nỗ lực xây dựng tâm lý học tôn trọng người tham gia cũng dẫn đến sự thừa nhận ngày càng tăng các phương pháp điều nghiên không phải thí nghiệm, không có phòng thí nghiệm cũng cung cấp dữ liệu hữu dụng, thậm chí khi không thể kiểm soát từng biến số có thể. Hiểu biết này tạo ra một mô thức thay đổi đáng kể trong môn học. Chẳng hạn, các nhà tâm lý học bắt đầu phát triển việc sử dụng dữ liệu phỏng vấn và tự báo cáo ngày càng nhiều để tiến hành nhiều loại nghiên cứu, thậm chí nghiên cứu tâm sinh lý trên cơ sở phòng thí nghiệm. Vì lý do này, các nhà tâm lý học quan tâm nhiều hơn đến tiếp cận chất lượng trong nghiên cứu tâm lý học, trực tiếp tương phản với phương pháp luận tâm lý học "truyền thống", vốn chỉ chấp nhận phương pháp số lượng. Mặc dù nghiên cứu thực nghiệm và phòng thí nghiệm vẫn còn là một bộ phận quan trọng trong tâm lý học. Nhưng kỹ thuật nghiên cứu không thí nghiệm ngày càng được chấp nhận như một phần trong bộ đồ nghề phương pháp luận tâm lý học.

Dĩ nhiên, loại chứng cứ được tính đến trong tâm lý học cũng phụ thuộc vào lĩnh vực tâm lý học đang được điều nghiên. Trong một số lĩnh vực chẳng hạn như tâm lý học sinh lý, chứng cứ y khoa, chứng cứ thực nghiệm và nghiên cứu mẫu lâm sàng tất cả đều được chấp nhận như những dấu chỉ báo hữu ích. Trong những lĩnh vực khác, chẳng hạn như trong tâm lý học nhận thức, chủ yếu vẫn còn tính đến chứng cứ thực nghiệm. Một số lĩnh vực chẳng hạn như tâm lý học xã hội, xoay quanh sự hỗn hợp các thực nghiệm, nghiên cứu quan sát và phát triển lý thuyết, trong khi lĩnh vực lý thuyết nhân cách không dựa trên dữ liệu từ nghiên cứu thực nghiệm, thay vào đó rút ra từ kinh nghiệm lâm sàng và từ dữ liệu đo nghiệm tinh thần và từ kinh nghiệm lâm sàng. Tâm lý học so sánh cũng rút từ sinh học, từ nghiên cứu tập tính học ở động vật trong môi trường tự nhiên và trong phòng thí nghiệm, tâm lý học phát triển cũng bao gồm tất cả những phương pháp này và nhiều phương pháp khác. Nhưng quan tâm đạo đức mở rộng đều khắp các lĩnh vực tâm lý học. Chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn trong phần cuối sách này.

LĨNH VỰC TÂM LÝ HỌC

Những gì xuất hiện từ thế kỷ trước là không có cách nào đơn giản để tìm hiểu con người. Con người rất phức tạp, có nhiều khía cạnh đi kèm. Kết quả của cách mạng nhận thức và hậu quả sau đó là các nhà tâm lý học bắt đầu nhận ra một tiếp cận thống nhất, riêng lẻ trong tâm lý học không còn là mục tiêu đáng mong muốn nữa phải tìm một tiếp cận thực tế. Mỗi giai đoạn khác nhau trong lịch sử tâm lý học đều để lại dấu ấn không chỉ đối với vấn đề đối tượng mà còn cả phương pháp luận tâm lý học. Các nhà tâm lý học cố gắng nghiên cứu hành vi con người từ nhiều góc độ khác nhau, sao cho họ có được một bức tranh càng hoàn chỉnh càng tốt. Do đó, có nhiều ngành khác nhau trong tâm lý học và các lĩnh vực quan tâm.

Để thuận tiện, chúng tôi phân loại những ngành này thành những lĩnh vực tổng quát nhưng những phân loại này nói chung không mang tính độc quyền, một chủ đề thường mang đến kiến thức từ nhiều lĩnh vực tâm lý học khác nhau. Điều này là vì một kinh nghiệm bất kỳ của con người có thể nghiên cứu từ các góc độ khác nhau. Chẳng hạn, kinh nghiệm cảm xúc mang khía cạnh sinh lý, khía cạnh nhận thức, khía cạnh xã hội, khía cạnh nhân cách và nhiều khía cạnh khác. Các nhà tâm lý học hiện đại nhất giải quyết tính đa dạng trong kiến thức tâm lý học bằng cách sử dụng khái niệm **mức độ giải thích** – quan niệm cho rằng việc kết hợp kiến thức từ các mức độ hiểu biết khác nhau và những lĩnh vực khác nhau trong tâm lý học sẽ giúp chúng ta nhận thức phong phú hơn về một bức tranh tổng thể. Quan niệm mức độ giải thích giúp chúng ta nhìn thấy quan điểm khác nhau có thể kết hợp với nhau ra sao.

TÂM LÝ HỌC NHẬN THỨC

"Nhận thức" là một từ chung dùng để chỉ hoạt động tâm thần, chẳng hạn như nhớ, hình thành khái niệm, sử dụng ngôn ngữ hay chú ý vấn đề. Như chúng ta đã thấy vào lúc đầu, tâm lý học được định nghĩa là ngành khoa học nghiên cứu đời sống tâm thần, các nhà nghiên cứu ban đầu như Wilhelm Wundt (1862) nghiên cứu những đặc điểm tâm thần chẳng hạn như trí nhớ, chú ý và quá trình suy nghĩ.

Có nhiều khía cạnh trong tâm lý học nhận thức, nhưng một số lĩnh vực chính là nhận thức, miêu tả, trí nhớ và ngôn ngữ. Nghiên cứu nhận thức bao gồm việc khảo sát, giải thích và am hiểu thông tin được tiếp nhận qua các giác quan ra sao, bao gồm việc phát hiện bộ não giải mã như thế nào và hiểu thông tin tiếp nhận ra sao, sao cho có thể sử dụng và/ hoặc lưu trữ. Miêu tả ám chỉ cách chúng ta mã hóa thông tin. Chẳng hạn không hẳn bạn nghĩ đến người hàng xóm kế bên là sử dụng từ "người hàng xóm kế bên". Thay vào đó, bạn sẽ có một số loại hình ảnh tâm thần mô tả anh ta và hình ảnh này được kích hoạt khi bạn suy nghĩ về anh ta.

Tất cả chúng ta đều biết rõ trí nhớ là gì: cách lưu trữ thông tin và truy cập sau này. Phần lớn nghiên cứu tâm lý học về trí nhớ đã có ngụ ý hoàn toàn rõ ràng, dứt khoát về những tình huống ngoài đời thực chẳng hạn như ôn thi hay nhớ lại diễn biến một tai nạn. Những chức năng nhận thức khác chẳng hạn như suy nghĩ, ra quyết định và hình thành khái niệm cũng góp phần vào việc làm cho cuộc sống của chúng ta có ý nghĩa và thường không dễ dàng như người ta thường nghĩ. Ngôn ngữ hình thành một bộ phận quan trọng trong hầu hết hoạt động của con người, và nghiên cứu ngôn ngữ bao gồm cả tâm lý học nhận thức lẫn tâm lý học xã hội. Ngôn ngữ giúp chúng ta phát triển và truyền đạt khái niệm, ý kiến tinh vi, và đóng vai trò quan trọng trong việc tổ chức và cấu trúc suy nghĩ con người. Chẳng hạn, trí nhớ thường được mã hóa bằng chủ nghĩa tượng trưng bằng lời nói (từ hay ngữ). Các nhà tâm lý học nhận thức cũng chứng minh quá trình tâm thần của chúng ta hoàn toàn chịu ảnh hưởng đáng kể bởi ngôn ngữ chúng ta đang sử dụng.

Những quá trình này kết hợp tạo thành cơ sở nhận thức ở con người. Nhưng nhận thức không diễn ra như một thông lệ xử lý dữ liệu máy móc: hoạt động cùng và trong các lĩnh vực tâm lý học con người khác. Chẳng hạn, nếu chúng ta xem nhẹ vai trò yếu tố xã hội trong nhận thức thì không chắc hiểu được phần lớn những gì con người đang làm khi ra quyết định. Nếu chúng ta nhắm đến việc phát triển hiểu biết về con người và cách hoạt động thì chúng ta phải nghiên cứu các lĩnh vực tâm lý học khác.

QUÁ TRÌNH VÀ TÍNH BẤT THƯỜNG Ở CÁ NHÂN

Một bộ phận lớn trong tâm lý học, nhất là trong lĩnh vực ứng dụng quan tâm đến việc mô tả con người giống và khác nhau ra sao. Đây là lĩnh vực tâm lý học được biết như sự khác nhau giữa cá nhân. Phần quan trọng trong nghiên cứu này quan tâm đến việc **đo nghiệm tâm thần** – nghĩ cách đánh giá sự khác nhau giữa con người theo cách tin cậy, chuẩn hóa. Chẳng hạn làm cách nào một số người có vẻ rất sáng tạo trong khi người khác không có? Chúng ta nói trí năng với nghĩa gì, có phải là điều gì đó khi chúng ta dạy con người hay không? Và làm cách nào chúng ta có thể học được cách nhận dạng tài năng và năng khiếu khác nhau ở con người cũng thế, làm sao chúng ta có thể nhận dạng được các loại công việc mà họ thích làm và làm hiệu quả nhất ở công việc nào? Những loại vấn đề này đều được phép đo nghiệm tâm thần giải quyết.

Các nhà tâm lý học cũng quan tâm đến nhân cách. Có những trắc nghiệm nhân cách theo phép đo tâm thần, nhưng cũng có những cách khác để nghiên cứu nhân cách. Lý thuyết phân tâm học của Freud, mô hình nhân cách theo thuyết hành vi của Skinner và tiếp cận nhân văn do Carl Rogers đề xướng, tất cả đều góp phần tìm hiểu tâm lý học trong lĩnh vực nhân cách. Toàn bộ lĩnh vực tâm lý học lâm sàng và bất thường cũng liên kết chặt chẽ với lý thuyết nhân cách, vì nhiều thuyết nhân cách do các nhà tâm lý học lâm sàng phát triển, họ công tác trong các bệnh viện tâm thần công và tư. Họ có khả năng phát triển quan điểm về những gì cấu thành nhân cách bằng cách nghiên cứu trực tiếp khái niệm tính bình thường và bất thường, xem xét chính mình sau đó khẳng định một người bị rối loạn tâm lý hay tâm thần.

TÂM LÝ HỌC SINH LÝ

Tâm lý học sinh lý bao gồm việc nghiên cứu hoạt động của bộ não và hệ thần kinh, và kinh nghiệm của chúng ta bị quá trình và cơ chế sinh lý tác động ra sao. Chẳng hạn, phần lớn nghiên cứu sinh lý đều chú trọng đến việc tìm hiểu căng thẳng, và cơ chế qua đó chúng ta phản ứng trước những tình huống đe dọa. Khi hiểu được những phản ứng này, chúng ta tự đặt mình vào vị trí thích hợp để đối phó với căng thẳng khi nó phát sinh và cũng giảm thiểu căng thẳng khi gặp phải.

Tâm lý học sinh lý cũng bao gồm nghiên cứu hệ thần kinh và bộ phận nào trong não liên quan đến hành vi và nhận thức. Não người là một cơ quan phức tạp đến mức phải ngạc nhiên, chúng ta liên tục tập quen thông tin về cách hoạt động của não. Những bộ phận khác nhau trong não tham gia nhiều chức năng khác nhau, các nhà tâm lý học thần kinh lâm sàng sử dụng dữ liệu từ người bị chấn thương não hay tính bất thường để nghiên cứu sự tương tác giữa những bộ phận khác nhau trong não này. Một phần khác trong tâm lý học sinh lý liên quan đến việc xử lý, phân tích thông tin nhận cảm, trên đường đến những vùng cao hơn trong não.

Tuy nhiên, nghiên cứu bộ phận dẫn đến việc hình thành hệ thần kinh không cho chúng ta biết toàn bộ kinh nghiệm, có những khía cạnh tâm lý học sinh lý cũng cần quan tâm với các khía cạnh kinh nghiệm rộng hơn, chẳng hạn như giấc ngủ, giấc mơ, ý thức và động cơ thúc đẩy. Những khía cạnh này bao gồm hoạt động phối hợp của nhiều bộ phận khác nhau trong hệ thần kinh, nhưng cũng bao gồm nhiều mức độ kinh nghiệm khác. Giấc mơ cũng liên quan đến sự thay đổi sinh lý có thể đánh giá, nhưng không có nghĩa chúng ta có thể đánh giá mình đang mơ điều gì: điều này lệ thuộc vào kinh nghiệm cũng như động cơ thúc đẩy. Tâm lý học sinh lý không phải theo thuyết giản hóa luận (giải thích sự vật bằng cách giản lược nó thành các bộ phận cấu thành), thay vào đó, các nhà tâm lý học sinh lý hiện đại cũng nhấn mạnh đến cách tương tác sinh lý với khía cạnh xã hội, nhận thức và văn hóa để tạo ra kinh nghiệm chung.

TÂM LÝ HỌC XÃ HỘI

Tâm lý học xã hội là nghiên cứu cách con người tương tác với nhau cũng như cách hiểu điều gì đang diễn ra trong thế giới xã hội. Con người tương tác với nhau không bằng lời, sử dụng ký hiệu như điệu bộ, đồng phục và những biểu hiện trên nét mặt cũng như sử dụng từ ngữ. Phần lớn tâm lý học xã hội quan tâm đến nghiên cứu hành vi xã hội, nhất là sự tuân thủ tiêu chuẩn xã hội, phục tùng chính quyền và cách hành xử trong những nhóm đông người như đám đông. Tâm lý học xã hội cũng quan tâm đến các khía cạnh trong mối quan hệ giữa cá nhân với nhau: chúng ta bị người khác thu hút ra sao, lý thuyết tình yêu và những yếu tố gì có vẻ tác động liệu chúng ta thích một người nào đó hay không.

Trong những năm gần đây, tâm lý học xã hội ngày càng quan tâm đến **nhận thức xã hội**, và cách giải thích của con người về những gì đang diễn ra xung quanh. Giả định chúng ta đưa ra và lập luận chúng ta đóng góp để làm cơ sở hành động của con người đều quan trọng trong việc xác định cách chúng ta hành xử. Vì thế cũng là cách định dạng hiểu biết xã hội và nhận dạng nhóm, vì tất cả đều ảnh hưởng đến cách hiểu thông tin. Do đó, các nhà tâm lý học xã hội xem kiến thức suốt quá trình mà con người dùng để đánh giá xã hội là quan trọng, bao gồm nghiên cứu thái độ và giá trị cá nhân cũng như thành kiến. Nhất là, ở châu Âu, tâm lý học xã hội cũng bao gồm nghiên cứu niềm tin văn hóa và cách miêu tả xã hội và đồng nhất xã hội.

TÂM LÝ HỌC PHÁT TRIỂN

Ngành tâm lý học này quan tâm đến việc con người phát triển ra sao trong suốt đời sống từ thời thơ ấu đến tuổi già. Nhiều lý thuyết phát triển khác nhau được đề xuất, thường của các nhà tâm lý học lừng danh chẳng hạn như Freud hay Piaget, giải thích điều gì đang diễn ra về mặt tâm lý từ một đứa bé lớn lên thành người lớn. Mỗi tiếp cận lý thuyết quan trọng đều có ngụ ý rất khác nhau.

Phần lớn tâm lý học phát triển liên quan đến việc phát triển ngôn ngữ và nhận thức, nhưng vẫn chưa hết. Tâm lý học phát triển liên quan mọi khía cạnh phát triển tâm lý hay xã hội vì thế tâm lý học phát triển bao gồm nhiều ngành đặc biệt thuộc mọi lĩnh vực tâm lý học khác, chẳng hạn như phát triển trí năng hay phát triển hiểu biết xã hội.

Con người không ngừng phát triển một khi họ đến tuổi thanh niên – họ tiếp tục thay đổi trong suốt cuộc đời. Vì thế tâm lý học phát triển cũng quan tâm đến sự phát triển suốt đời. Người ta thay đổi nhiều khi về già, những giai đoạn khác nhau trong thời gian sống đều có nhu cầu tâm lý khác nhau. Do đó, nhiều nghiên cứu gần đây đã khảo sát tính chất của những nhu cầu tâm lý ấy và cách con người phản ứng với chúng.

TÂM LÝ HỌC SO SÁNH

Tâm lý học so sánh bao gồm nghiên cứu động vật, có tên gọi này theo cách các nhà tâm lý học đôi khi tiếp tục so sánh giữa con người và động vật, hay giữa những chủng loài động vật khác nhau, để tìm hiểu nhiều hơn về cơ chế nền tảng. Trong nhiều cách, đây là một trong những lĩnh vực tâm lý học tranh luận nhiều nhất, một phần vì sử dụng động vật làm đối tượng nghiên cứu, mặc dù ngày nay phần lớn tâm lý học so sánh là **tập tính học** quan tâm đến cách động vật hành xử trong môi trường tự nhiên. Lý do khác giải thích tranh luận là cách một số lý thuyết gia – thường là các nhà sinh học, chẳng hạn như Morris hay Lorenz – sử dụng nghiên cứu so sánh chọn lọc để phát triển lý thuyết gây nhiều tranh luận về "nhân tính". Điều này gây tranh luận vì họ xem nhẹ những mức độ hoạt động chức năng khác của con người và chỉ tập trung vào chức năng sinh học, vì thế bức tranh họ trình bày về con người giản dị thái quá.

Dĩ nhiên, liên kết chính giữa con người và động vật là sự tiến hóa, quan niệm chung cho rằng vì con người có những nét tương đồng về hình thể với động vật khác qua quá trình tiến hóa, bằng cách nghiên cứu động vật khác phản ứng ra sao trước những kích thích khác nhau hay chúng học nhiệm vụ đơn giản như thế nào, chúng ta phát hiện quá trình cơ bản mà con người và động vật có điểm chung. Nghiên cứu hành vi xã hội và làm mẹ ở động vật bậc cao thường góp phần vào lý thuyết nhân tính, mặc dù điều này thường gây nhiều tranh luận, nhất là đối với lý thuyết công kích hay suy nghĩ rập khuôn về giới tính.

Trong sách này, chúng ta nghiên cứu những lĩnh vực tâm lý học khác nhau, ở mỗi lĩnh vực đưa ra hiểu biết gì về con người. Chúng ta cũng khảo sát một số tranh luận trong tâm lý học và một số cách các quan điểm khác nhau ảnh hưởng đến tư duy tâm lý học.

QUAN ĐIỂM TÂM LÝ HỌC

Một nhà tâm lý học bất kỳ – hay một khoa học gia bất kỳ, đối với vấn đề ấy – phát triển lý thuyết tạo ra một số giả định. Giả định không những về bản chất của vấn đề đối tượng trong lý thuyết mà còn tính đến điều gì là kiến thức và đạt được kiến thức ấy ra sao. Đến phiên những giả định này hướng dẫn, tổ chức nhiều loại nghiên cứu mà nhà khoa học tiến hành, và loại câu hỏi họ sẽ đưa ra. Nhưng không phải lúc nào cũng như nhau: nhiều lý thuyết gia khác nhau đôi khi đưa ra giả định khác nhau, những gì một xã hội chấp nhận như một dạng kiến thức giá trị sẽ thay đổi qua thời gian. Nghiên cứu quan điểm tâm lý học bao gồm khảo sát các giả định làm nền tảng nghiên cứu tâm lý học trong suốt lịch sử tâm lý học, và ở một số vấn đề và tranh luận xã hội phát sinh từ chúng.

TỰ NGUYỆN VÀ THUYẾT QUYẾT ĐỊNH

Vấn đề tự nguyện là đối tượng điều nghiên của con người trong hàng ngàn năm. Chúng ta có phải hoàn toàn tự nguyện khi ra quyết định chọn lựa của riêng mình hay những gì chúng ta đang làm có phần nào do các yếu tố nằm ngoài tầm kiểm soát của chúng ta quyết định hay không? Hầu hết chúng ta đều có ấn tượng chủ quan cho rằng quyết định của riêng mình sẽ xác định hành vi, nhưng đồng thời chúng ta nhận biết rằng mình chịu ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố khác hơn là ý định và ý kiến của riêng mình. Trong những xã hội có giải thích tôn giáo về hành vi con người chi phối thì vấn đề thuyết quyết định mang hình thức số mệnh cá nhân đã được các thế lực siêu nhiên định đoạt sẵn. Trong những xã hội thế tục hơn, thuyết quyết định là phải tiến hành nhận dạng nhiều nguyên nhân trực tiếp dẫn đến hành vi, chẳng hạn như nghiên cứu liệu chúng có mang tính di truyền, môi trường, xã hội, v.v... hay không. Nhưng vấn đề trọng tâm vẫn như nhau: chúng ta có phải là những tác nhân tự do, tự chủ hay hành vi bị các tác động nằm ngoài tầm kiểm soát cá nhân quyết định?

Quyết định là quan niệm cho rằng mọi biến cố – cho dù là biến cố cụ thể trên thế giới, một mẫu hành vi động vật hay một hoạt động, cảm xúc của con người – đều do một vấn đề khác gây ra trực tiếp hay bằng sự phối hợp các vấn đề. Nền tảng quan trọng trong tư duy tâm lý học: các nhà tâm lý học luôn quan tâm đến việc tìm hiểu tại sao con người hành động như thế và bằng cách nào để đi đến hành động này. Thuyết quyết định cho rằng để hiểu một sự kiện hay hiện tượng bất kỳ, chúng ta phải tìm hiểu nguyên nhân sự kiện ấy xảy ra hay tồn tại. Các nhà tâm lý học tin vào tính nhân quả như thế, hay ít nhất tin hầu hết, có thể nhận dạng qua nghiên cứu thích hợp.

Tính cố ý

Tiếp cận thường được dùng xen kẽ với thuyết quyết định trong khi nghiên cứu hành vi con người nhiều nhất là cố gắng giải thích hành vi theo nghĩa cố ý của cá nhân tiến hành hành động. Trở ngại với loại lập luận này là có thể chấm dứt như một hình thức giải thích khá luẩn quẩn. Nhiều lý thuyết gia lập luận rằng thực ra nó không cung cấp một lời giải thích xác thực về hành vi nói chung. Thay vào đó, những gì thực sự diễn ra là phải mô tả mục đích mà hành động cố ý đạt đến. Nhưng điều này không giải thích tại sao con người muốn đạt được mục đích ấy chứ không phải mục đích khác, hay tại sao họ thực hiện hành vi cụ thể khi đó. Những giải thích như thế đều thích hợp nếu chúng ta nghiên cứu hành vi sau khi xảy ra, nhưng thực sự không giúp chúng ta dự đoán con người hành động trong tình huống mới ra sao.

Bất kỳ một tiếp cận tìm hiểu nào về hành vi con người phải cần đến một số loại lập trường nào đó về vấn đề thuyết quyết định. Nhưng thuyết quyết định cũng cần nhiều hình thức, tùy thuộc vào loại vấn đề được nhận dạng là yếu tố nhân quả. Nếu bạn nghiên cứu một lý thuyết hay một mẫu nghiên cứu về thuyết quyết định, có một số câu hỏi hữu ích chẳng hạn: nghiên cứu này có cho rằng con người được xem là một tác nhân tự do hay không? Họ có thể chọn lựa thực sự và định hướng cuộc sống của riêng mình hay không? Sự chọn lựa của họ có phải được định đoạt trước bởi những tác nhân hay thế lực ngoài tầm kiểm soát hay không hay bằng suy nghĩ tiềm thức của chính họ? Lời đáp cho những câu hỏi này sẽ giúp bạn phương tiện hiểu được mô hình nhân tính làm nền tảng trong nghiên cứu bạn đang theo đuổi.

GIẢN HÓA LUẬN VÀ THUYẾT TƯƠNG TÁC

Giản hóa luận là hình thức đặc biệt của thuyết quyết định, với quan niệm cho rằng một sự kiện hay hiện tượng cụ thể bất kỳ có thể được hiểu đơn giản bằng cách xét đến yếu tố hay bộ phận cơ bản cấu thành. Theo quan điểm này, tổng thể không gì khác hơn là tổng các thành phần. Vì thế quan điểm giản hóa luận là nếu bạn muốn tìm hiểu một vấn đề, tất cả những việc bạn làm là tìm hiểu bộ phận cấu thành, sau đó cộng tất cả lại với nhau, giống như trò chơi ghép hình.

Giản hóa luận trong tâm lý học có nhiều hình thức: giản hóa luận di truyền bao gồm việc giải thích hiện tượng tâm lý do hoạt động của gien gây ra, giản hóa luận sinh lý giải thích chúng do nội tiết tố hay hệ thần kinh gây ra, giản hóa luận xã hội bao gồm giải thích sự kiện hay hiện tượng xã hội thuần túy theo nghĩa cá nhân tham gia, giản hóa luận kích thích – phản ứng bao gồm giải thích chúng như sự liên tưởng tập quen giữa kích thích và phản ứng.

Vấn đề quan trọng đối với các nhà tâm lý học là giản hóa luận có phải là hình thức giải thích thích hợp hay không. Nó có thể dùng cho một số loại điều nghiên nhưng thường không cho chúng ta biết tất cả những gì cần biết. Một trong những vấn đề chính là thành phẩm thường nhiều hơn tổng thành phần. Có **thuộc tính xuất hiện** mà toàn bộ vấn đề đều có nhưng yếu tố của nó thì không. Tháo chiếc đồng hồ và nghiên cứu thành phần của nó giúp chúng ta biết nhiều hơn về kỹ thuật chính xác nhưng không cho chúng ta biết đồng hồ hoạt động ra sao khi đã ráp hoàn chỉnh hay mặt đồng hồ có các biểu tượng mang nghĩa gì hay được con người sử dụng để điều tiết hành vi của mình ra sao.

Mức độ phân tích

Xen kẽ với lập luận giản hóa luận là **tương tác**: tìm hiểu mức độ phân tích khác nhau tương tác với nhau ra sao. Hiện tượng xã hội và tâm lý học có thể tìm hiểu áp dụng nhiều mức độ phân tích khác nhau (xem Bảng 1.1), không có số nào cho chúng ta biết bức tranh toàn thể. Như một minh họa thô, mức độ phân tích thích hợp với sự kiện và hiện tượng tâm lý bao gồm mức độ văn hóa và xã hội, mức độ tương tác nhóm và tiểu văn hóa, mức độ cá nhân và nhận thức và mức độ hành vi – sinh lý. Một sự kiện tâm lý riêng lẻ chắc hẳn bao gồm một vài mức độ này.

Chẳng hạn, nếu bạn muốn giải thích tại sao một người không chịu ôn bài vào buổi tối, để đi chơi với bạn, bạn có thể giải thích điều này theo nghĩa tương tác nhóm, sử dụng quan điểm như áp lực của nhóm đồng tuổi. Nhưng những yếu tố khác cũng kể đến, chẳng hạn như thói quen, hay mệt mỏi do đã học bài rồi, hay cá nhân muốn xả hơi. Mỗi yếu tố này bao gồm một mức độ giải thích khác nhau nhưng tất cả đều giúp chúng ta hiểu tại sao cá nhân hành động như thế. Giải thích theo thuyết tương tác cũng phải tính đến: tập trung vào một mức độ cho mục đích nghiên cứu nhưng hành vi được xem là kết quả từ sự tương tác giữa các mức độ khác nhau chứ không phải chỉ do một nguyên nhân gây ra. Giải thích theo thuyết tương tác chỉ tập trung vào một mức độ và loại trừ những mức độ khác xem là không quan trọng.

Giải thích theo Giản hóa luận hành vi ở con người diễn ra thường xuyên trong

Bảng 1.1 Mức độ phân tích

Tác động văn hóa
Tác động chính trị - xã hội
Địa vị xã hội và tiểu văn hóa
Nhóm xã hội, gia đình, v.v... *
Nhận thức xã hội *
Tương tác giữa cá nhân *
Cố ý và động cơ thúc đẩy*
Quá trình nhận thức *
Kỹ năng đạt được *
Thói quen và liên tưởng tập quen *
Phản ứng cảm xúc và cơ thể *
Thích nghi di truyền và tiến hóa *
Hệ sinh lý*
Sinh học tế bào
Hóa hữu cơ

** Vấn đề liên quan tâm lý học có thể diễn ra ở từng cấp trong những cấp này, mặc dù lĩnh vực quan tâm tâm lý học chính nằm ở các mức độ đánh dấu *.*

lịch sử tâm lý học. Phần lớn giải thích này xuất hiện trong lĩnh vực nghiên cứu dính dáng đến chính trị hay bắt nguồn trực tiếp từ tiêu chuẩn văn hóa hay niềm tin hơn là từ thông tin thực tế. Chẳng hạn, lập luận giản hóa luận đã đề xuất như lời giải thích rối loạn tâm thần phân liệt cho rằng rối loạn này "chỉ là" kết quả của sự tạo thành hóa chất trong não hay đối với sự gây hấn, năng nổ ở nam giới là hoàn toàn do nội tiết tố testosterone gây ra, hay đối với thành tựu xã hội ở nữ giới kém hơn là do kết quả chắc chắn từ tác động của các loại nội tiết tố khác. Những giải thích như thế thường được phương tiện truyền thông đại chúng lợi dụng nắm lấy vì chúng khẳng định suy nghĩ rập khuôn trong xã hội và có vẻ mang tính "khoa học". Nhưng trong thực tế, những lý thuyết này có thể chỉ được duy trì bằng cách xem nhẹ mọi nghiên cứu tâm lý học ở các mức độ phân tích khác và cũng bằng cách phớt lờ thông điệp phức tạp hơn đến từ nghiên cứu ở mức độ tương tự như thế.

TRANH LUẬN TỰ NHIÊN-NUÔI DƯỠNG

Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng là một minh họa khác về thuyết quyết định trong tâm lý học. Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng là một cặp quan điểm đối lập liên quan đến những gì là nguyên nhân cho vấn đề khác phát triển. Một mặt, những người ủng hộ thuyết bẩm sinh, xem sự phát triển phát sinh từ các yếu tố bẩm sinh – từ đặc điểm di truyền. Mặt khác, những người theo chủ nghĩa kinh nghiệm xem sự phát triển là do kinh nghiệm và tập quen. Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng đã có từ lâu. Đầu chương này chúng ta điểm qua triết lý ủng hộ thuyết bẩm sinh của René Descartes, triết lý theo chủ nghĩa kinh nghiệm của John Locke. Quan điểm của họ tóm tắt hai thái cực trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng, Descartes cho rằng năng lực và hành vi ở con người phần lớn mang tính di truyền, trong khi Locke cho rằng do tập quen mà có.

Vấn đề trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng

Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng rất phổ biến trong tâm lý học như được minh họa trong Bảng 1.2. có nhiều vấn đề trong khái niệm tự nhiên – nuôi dưỡng, như hai cơ chế phát triển đối lập nhau. Cơ chế thứ nhất là tạo ra **sự phân cực** giả tạo, trong cả hai đều cần đến môi trường và di truyền theo cách có nghĩa để tạo ra một cơ thể sống. Chúng phối hợp nhau chứ không đối lập. Như Hebb nêu rõ trong năm 1949, trứng không thể tồn tại nếu nằm ngoài môi trường – mang trứng đi khỏi môi trường, trứng sẽ thối. Nhưng cũng không thể tồn tại nếu không có cơ sở di truyền – mang chúng đi nơi khác thì trứng cũng không tồn tại.

Bảng 1.2 Một số tranh luận tự nhiên-nuôi dưỡng trong tâm lý học

Nhận thức: Quan niệm cho rằng tổ chức nhận thức cố định và bẩm sinh so với quan niệm cho rằng nhận thức được tập quen qua kinh nghiệm

Nhân cách: "Đặc điểm" di truyền cố định so với nhân cách như phản ứng trước môi trường xã hội: Eysenck so với Mischel

Trí năng: Quan niệm cho rằng trí năng mang tính bẩm sinh so với trí năng được tập quen qua kinh nghiệm: Burt so với Binet

Tâm thần phân liệt: Quan niệm cho rằng tâm thần phân liệt là một rối loạn gien so với phản ứng trước căng thẳng trong gia đình và xã hội không thể chịu đựng nổi: Kallman so với Laing.

Trầm cảm: Trầm cảm lưỡng cực chứng tỏ xảy ra trong gia đình: được giải thích do di truyền so với được truyền dẫn từ các mẫu gia đình và tập quen ban đầu

Ngôn ngữ: Quan niệm cho rằng bộ giải mã ngôn ngữ tự động bẩm sinh so với ngôn ngữ hoàn toàn là sự định dạng hành vi: Chomsky so với Skinner

Phát triển nhận thức: Bộc lộ năng lực cố định so với mọi thứ là do kết quả tập quen và kinh nghiệm. Piaget so với Skinner

Trí nhớ: Quan niệm cho rằng năng lực nhớ cố định, có hạn so với trí nhớ như phản ứng trước kinh nghiệm và đào tạo cá nhân: Ebbinghaus so với Bartlett

Vấn đề khác trong tranh luận tự nhiên–nuôi dưỡng là mô tả hai tác động – tự nhiên và nuôi dưỡng – luôn **cố định**. Trong những năm gần đây, các nhà khoa học khám phá rằng cơ sở di truyền của một cơ thể sống nói chung không cố định. Nghiên cứu gần đây cho thấy yếu tố di truyền thường xuyên thay đổi ở cơ thể sống, thậm chí cho dù hầu hết chuỗi ADN của chúng ta lúc mới sinh có vẻ cố định, nhưng không có cách nào biết được tác động đến sự thay đổi và điều chỉnh di truyền diễn ra trong suốt đời ở mức độ nào. Tương tự, tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng mô tả môi trường như một hiện tượng cố định, bên ngoài thuần túy. Nhưng cơ thể sống hoạt động trong môi trường, và thay đổi để phù hợp với nhu cầu của riêng mình. Thậm chí amip cũng thay đổi sự cân bằng hóa chất trong môi trường nước nó đang sống và con người luôn điều chỉnh môi trường. Quan niệm cho rằng có hai hiện tượng tự nhiên và nuôi dưỡng khắt khe, cố định tranh giành ảnh hưởng đối với sự phát triển của cá nhân hoàn toàn không hoạt động khi chúng ta tiến hành nghiên cứu quá trình sinh học cơ bản kỹ hơn.

Vấn đề thứ ba là trong tiếp cận tự nhiên nuôi dưỡng là sự xem nhẹ thích nghi và tương tác trong đời sống. Đời sống là một **quá trình tương hỗ** trong đó sự vật tác động lẫn nhau. Quá trình này hoạt động ở nhiều cấp, từ cấp vi sinh cho đến quá trình tiến hóa qui mô rộng. Chẳng hạn, kinh nghiệm cá nhân của chúng ta do các hóa chất trong não định hình – thuốc làm thay đổi cán cân hóa chất tạo ra kết quả kinh nghiệm khác nhau về thế giới. Nhưng một số kinh nghiệm có thể kích thích sự sản xuất hóa chất trong não hay điều chỉnh cán cân. Vì thế, không chỉ hóa chất trong não là nguyên nhân tạo ra kinh nghiệm cũng như kinh nghiệm không hoàn toàn tạo ra sự sản xuất hóa chất trong não: luôn có sự tương tác giữa cả hai. Chúng ta sẽ tìm hiểu điều này nhiều hơn trong các chương tâm lý học sinh lý. Trong các chương tâm lý học so sánh, chúng ta sẽ nghiên cứu tương tác này dẫn đến kết quả **sự đồng tiến hóa:** cá thể tiến hóa trong một môi trường nhưng cũng làm môi trường thay đổi: ngựa và có cùng tiến hóa chứ không tách rời.

Vấn đề chính thứ tư trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng là xem nhẹ **quan điểm tiến hóa** rộng hơn, và nhất là cách kiểm soát hành vi phát triển qua nhiều chủng loài thay đổi và bao gồm một dải rộng cơ chế. Như chúng ta khảo sát trong các chương so sánh, có nhiều giai đoạn trung gian giữa hành vi hoàn toàn mang tính di truyền và hành vi hoàn toàn được tập quen. Chẳng hạn, gà con, vịt con tập quen với cách nhận biết gà, vịt mẹ, đi theo gà mẹ, vịt mẹ, nhưng sự tập quen này được kiểm soát cẩn thận trong một giai đoạn tới hạn, mang cơ chế di truyền, đảm bảo rằng sự tập quen chỉ diễn ra đúng thời điểm và trong tình huống thích hợp. Di truyền học và tập quen không đối lập nhau – chúng cùng hoạt động, và hoàn toàn không thực tế khi trình bày chúng như thể loại trừ lẫn nhau.

Lập luận theo chủ nghĩa kinh nghiệm hay ủng hộ thuyết bẩm sinh cực đoan là do định nghĩa **giản hóa luận.** Bằng cách cho rằng một số khía cạnh phát triển là do gien gây ra hay không có gì khác hơn ngoài kinh nghiệm, loại trừ giải thích chi tiết hơn: không có vấn đề gì khác để bàn. Giải thích tập trung vào một mức độ nhất định và hoàn toàn xem nhẹ phần còn lại. Nhưng một vài nhà tâm lý học hiện đại chọn cả hai tính cực đoan trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng. Ngày nay, chúng ta thường xem tố chất sinh học như sự phát triển định hướng theo chiều hướng cụ thể, trong khi kinh nghiệm ảnh hưởng đến cách biểu hiện sự phát triển. Hai nguồn gây ảnh hưởng được xem liên kết lẫn nhau chứ không phải đối lập, và chính cách chúng tương tác lẫn nhau mới là tiêu điểm quan tâm hiện đại. Tuy nhiên, trong lịch sử tâm lý học, có rất nhiều tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng và một vài tranh luận thuyết phục nhất được đề cập trong sách này.

NGHIÊN CỨU KHÁC BIỆT NHÂN CÁCH, MÔ TẢ CÁ NHÂN VÀ Ý NGHĨA HÀNH VI – KINH NGHIỆM XÃ HỘI

Quan điểm khác biệt nhân cách, mô tả cá nhân và ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội trình bày ba tiếp cận hoàn toàn khác nhau trong giải thích và tìm hiểu nghiên cứu tâm lý học. Tiếp cận **khác biệt nhân cách** nhấn mạnh các khía cạnh chung trong nhân tính, có thể được cân nhắc để áp dụng theo nghĩa rộng cho mọi con người, thỉnh thoảng có vài ngoại lệ. Định hướng chính trong nghiên cứu xã hội nhân tính được định hướng khám phá các định luật chung về hành vi con người. Quan niệm cho rằng những định luật ấy giúp các nhà nghiên cứu dự đoán về cách hành xử của đa số con người trong một tình huống đã định.

Vì thế các nhà tâm lý học tiến hành nghiên cứu nhân tính thường sử dụng phương pháp thống kê, số lượng dành cho sự khác biệt ở con người bình thường. Họ đánh giá theo nhóm và tìm kiếm sự khác biệt chung giữa các nhóm. Họ không để ý đến sự khác biệt riêng, và cố đảm bảo rằng nghiên cứu của mình nhằm mục đích kiểm soát sự khác biệt càng nhiều càng tốt. Điều họ quan tâm là sự khác biệt chung hay mối tương quan chứ không phải thuộc tính hay đặc tính cá nhân.

Nghiên cứu **mô tả cá nhân,** trái lại quan tâm đến việc tìm hiểu tính chất cá nhân và sự khác biệt ở con người. Do đó, nghiên cứu tâm lý học mô tả cá nhân thường bao gồm việc khảo sát từng trường hợp riêng lẻ với mức độ chi tiết đáng kể. Mục tiêu nền tảng của những cuộc khảo sát chi tiết cá nhân như thế có hai tác dụng: thứ nhất, có thể hiểu biết thấu đáo về một cá thể sẽ dẫn đến việc phát hiện những nguyên tắc chung áp dụng cho mọi người và thứ hai, thông qua tiếp cận mô tả cá nhân có thể đưa ra hiểu biết chi tiết về một cá thể trong tư cách một sinh vật hoàn thiện. Khía cạnh khác biệt quan trọng trong nghiên cứu mô tả cá nhân ở chỗ nhấn mạnh vào cá thể hơn là tập thể.

Vì thế các nhà tâm lý học tiến hành nghiên cứu mô tả cá nhân thường chỉ tập trung vào một, hai trường hợp, nhưng khi làm như thế họ thường sử dụng cách phối hợp những kỹ thuật thu thập dữ liệu khác nhau. Họ tiến hành phỏng vấn, yêu cầu thực hiện trắc nghiệm tâm lý học hay tiến hành những nhiệm vụ cụ thể hay quan sát cẩn thận phản ứng của một người trong điều kiện được kiểm soát. Có một số lý do để sử dụng nhiều phương pháp thu thập dữ liệu, nhưng điều quan trọng là vì người tiến hành nghiên cứu mô tả cá nhân không có nhóm tham khảo lớn, hay nhóm kiểm soát, để đối chiếu chứng cứ nghiên cứu. Nhưng việc thu thập những loại dữ liệu khác nhau sẽ giúp họ nhận dạng các chủ đề quan trọng, thường xảy ra hay các mẫu thông tin. Nếu một vấn đề thường xuất hiện từ nhiều loại dữ liệu khác nhau thì có thể sẽ hữu ích trong việc phát triển hiểu biết tâm lý về những gì đang diễn ra ở người đó.

Nghiên cứu **ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội** quan tâm đến ý nghĩa ở nhiều mức độ, thay đổi từ ý thức, tiềm thức, mức độ cá nhân và xã hội cho đến mức độ văn hóa và xã hội – chính trị, chứ không phải đơn thuần nghiên cứu những đặc điểm chung của hành vi hay kinh nghiệm. Tiếp cận này quan tâm đến cách con người giải thích kinh nghiệm và sử dụng hình thức chủ nghĩa tượng trưng khác nhau nào để chuyển tải ý nghĩa trong đời sống con người.

Các nhà tâm lý học nghiên cứu ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội thường sử dụng tiếp cận chất lượng trong thu thập dữ liệu, bao gồm tiến hành phỏng vấn hay nghiên cứu tác phẩm nghệ thuật hay tài liệu viết, nhưng điều quan trọng trong tiếp cận dữ liệu này là phải tìm hiểu ý nghĩa. Họ thường không quan tâm đến những sự giống nhau hay mang tính đại diện của số liệu thống kê vì nhiều ý nghĩa xã hội thường được chứa đựng trong một sự kiện đặc biệt hay một nhận xét có ý nghĩa hay một biểu tượng đặc biệt thuyết phục. Nhưng có nhiều cách đi đến phân tích chất lượng (xem Hayes, 1997); và mỗi cách cung cấp cho nhà tâm lý học cơ hội khảo sát tỉ mỉ, chính xác ý nghĩa thông tin họ thu thập.

Những tiếp cận khác nhau này có những giả định cơ bản khác nhau về bản chất con người và có thể hiểu ra sao. Tiếp cận khác biệt nhân cách có khuynh hướng nhấn mạnh những nét giống nhau chung ở con người, tìm kiếm cơ chế nhân quả trong hành vi con người. Tiếp cận mô tả cá nhân nhấn mạnh nghiên cứu con người tổng thể và chọn lựa cá nhân. Tiếp cận ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội khảo sát tính chất biểu tượng trong phần lớn kinh nghiệm con người và cố gắng tìm hiểu hành vi con người theo nghĩa ấy. Mỗi tiếp cận đều có những cách đặt vấn đề khác nhau cũng như sử dụng kỹ thuật nghiên cứu khác nhau.

Quyển sách này đưa ra minh họa về từng quan điểm khác nhau này. Nghiên cứu tâm lý học là một nghiên cứu thú vị bao gồm nhiều khía cạnh, mức độ giải thích, và giả định triết học khác nhau. Một trong những đặc điểm dễ phân biệt trong tâm lý học hiện đại là khả năng nghiên cứu vấn đề từ nhiều góc độ, và điều này được phản ánh trong chính môn học. Các chương tiếp theo trình bày một khía cạnh nghiên cứu tâm lý học khác nhau, và đề cập một số cách khác nhau mà nhà tâm lý học nghiên cứu con người hay động vật đang làm gì. Họ bắt đầu bằng một trong những quá trình tâm thần cơ bản nhất: quá trình nhận thức.

Từ khóa

Sự thích nghi. Quá trình điều chỉnh thành công trước yêu cầu của môi trường.

Điều trị ác cảm. Kỹ thuật điều trị hành vi bao gồm việc kích thích khó chịu với sự việc phải tránh.

Định dạng hành vi. Quá trình qua đó hành vi mới lạ được sinh ra qua biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm, bằng việc chọn lọc biến dạng các phản ứng tập quen xảy ra trong tự nhiên.

Điều trị hành vi. Quá trình điều trị hành vi bất thường bằng cách chỉ xét đến triệu chứng và sử dụng kỹ thuật biến đổi ngoại cảnh để sửa đổi.

Thuyết hành vi. Một trường phái tư tưởng theo thuyết Giản hóa luận cho rằng sự quan sát và mô tả hành vi công khai là tất cả những việc cần thiết để tìm hiểu con người, và việc sử dụng tính ngẫu nhiên kích thích – phản ứng là tất cả những việc cần thiết để thay đổi hành vi con người. Thuyết hành vi phủ nhận sự tương quan hay tầm quan trọng của các khía cạnh nhận thức, cá nhân hay các khía cạnh kinh nghiệm con người khác.

Thuyết nhị nguyên Cartesian. Quan niệm cho rằng tinh thần và thể xác hoàn toàn là những thực thể riêng biệt, khác nhau không hề ảnh hưởng lẫn nhau ngoại trừ trong hành động tự nguyện.

Biến đổi ngoại cảnh cổ điển. Một hình thức tập quen bao gồm những liên kết trực tiếp giữa kích thích và phản ứng, biết được qua sự liên tưởng.

Bản ngã (cái tôi) theo Freud. Một bộ phận suy nghĩ gắn bó với thực tại, quân bình nhu cầu của nó với nhu cầu của xung động bản năng và cái siêu ngã.

Chủ nghĩa kinh nghiệm. Tiếp cận tri thức giả định rằng mọi hiểu biết về thế giới, học được qua đầu vào thông tin nhận được từ năm giác quan bên ngoài.

Tập tính học. Nghiên cứu hành vi, tập tính trong môi trường tự nhiên.

Tâm lý học Cấu trúc. Một trường phái tâm lý học phản đối Giản hóa luận kích thích – phản ứng của những người theo thuyết hành vi, thay vào đó nhấn mạnh khuynh hướng con người hướng đến tính trọn vẹn kinh nghiệm và nhận thức.

Ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội. Quan tâm đến tính chất giải thích và ý nghĩa xã hội.

Xung động bản năng. Bộ phận nguyên thủy trong ngăn cách tiềm thức, theo Freud.

Mô tả cá nhân. Mô tả ('graphic') cá nhân ('idio'). Thuật ngữ idiographic dùng để mô tả trắc nghiệm nhân cách bao gồm việc nghiên cứu chi tiết đặc điểm của một cá thể, và không so sánh cá thể ấy với thành viên khác trong dân số.

Thuyết tương tác. Tiếp cận tìm hiểu hành vi con người và tập tính động vật nhấn mạnh sự liên kết giữa các mức giải thích khác nhau vì thế đối lập với giản hóa luận.

Nội quan. Nhìn vào "bên trong" để phân tích hay tìm hiểu tình trạng tâm thần, suy nghĩ hay quan điểm của một người.

Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng. Tranh luận lý thuyết khá vô nghĩa phổ biến trong thập niên 1950 về một khả năng tâm lý mang tính di truyền hay được tập quen qua kinh nghiệm.

Khác biệt nhân cách. Thuật ngữ dùng để mô tả cách đo nghiệm tâm thần mục đích đánh giá một người nào đó có điển hình hay bình thường hay không, bằng cách so sánh điểm số của họ với những gì được cho là bình thường ở thành viên trong dân số ấy.

Biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm. Quá trình tập quen do B. F. Skinner nhận dạng, trong đó tập quen xảy ra do kết quả củng cố tích cực hay tiêu cực một hành động của động vật hay con người.

Đo nghiệm tâm thần. Công cụ được phát triển để đánh giá đặc điểm tâm thần. Đo nghiệm tâm thần được phát triển để đánh giá một dải rộng vấn đề, bao gồm tính sáng tạo, thái độ và kỹ năng trong công việc, tổn thương não và dĩ nhiên "trí năng".

Sự củng cố. Việc củng cố sự tập quen trong một số cách. Thuật ngữ thường dùng cho sự liên tưởng tập quen, đạt được qua biến đổi ngoại cảnh cổ điển hay thực nghiệm, nhưng cũng có thể áp dụng cho các hình thức tập quen khác.

Sự tự thể hiện tiềm năng. Việc làm cho khả năng và tài năng của một người trở thành hiện thực; sử dụng chúng đến hết tiềm năng.

Nhận thức xã hội. Cách chúng ta suy nghĩ và giải thích thông tin xã hội và kinh nghiệm xã hội. Trong Tâm lý học phát triển, thuật ngữ ám chỉ lý thuyết phát triển nhận thức cho rằng tương tác xã hội là yếu tố quan trọng nhất trong việc phát triển nhận thức ở trẻ.

Cái siêu ngã . Theo Freud, một bộ phận trong suy nghĩ tiềm thức hoạt động như một người bố bên trong, nghiêm khắc, kết hợp suy nghĩ nhiệm vụ, trách nhiệm và lương tâm.

Tóm tắt

1. Các triết gia Descartes và Locke, và nhà sinh học Charles Darwin, đều có ảnh hưởng rất lớn trong việc ấn định nền tảng khái niệm để môn tâm lý học ra đời.
2. Các nhà tâm lý học nội quan ban đầu nghiên cứu hoạt động tinh thần bằng cách cố gắng phân tích kinh nghiệm chủ quan của riêng mình và người khác. Tuy nhiên, những người theo thuyết Hành vi phản đối nghiên cứu các quá trình tâm thần, lập luận rằng hành vi nên được phân tích dưới sự liên kết kích thích - phản ứng.
3. Các nhà tâm lý học châu Âu, chẳng hạn như thành viên thuộc trường phái Cấu trúc và Jean Piaget, phát triển lý thuyết dải rộng để tìm hiểu kinh nghiệm tâm thần và sự phát triển tâm thần.
4. Xuất xứ lâm sàng trong tâm lý học bao gồm trường phái tư tưởng phân tâm học trên cơ sở công trình của Freud, và về sau bao gồm điều trị hành vi và tâm lý học nhân văn.
5. Cách mạng nhận thức giới thiệu lại ngành nghiên cứu tâm thần trong tâm lý học, nhưng lần này từ quan điểm trên cơ sở thí nghiệm, thực nghiệm. Những lĩnh vực tâm lý học khác cũng bắt đầu thừa nhận tầm quan trọng của các quá trình nhận thức.
6. Nhấn mạnh hiện đại về các vấn đề đạo đức trong tâm lý học ngày càng tôn trọng người tham gia nghiên cứu tâm lý học, và kỹ thuật nghiên cứu không bằng thí nghiệm và chất lượng ngày càng được chấp nhận.
7. Lĩnh vực kiến thức tâm lý có thể phân loại thành tâm lý học nhận thức, quá trình cá nhân, tâm lý học sinh lý, tâm lý học xã hội, tâm lý học phát triển và tâm lý học so sánh. Nhưng những phân loại này chồng chéo trong nhiều lĩnh vực.
8. Quan điểm trong tâm lý học bao gồm vấn đề phát sinh từ Quyết định, Giản hóa luận, Tương tác, tranh luận tự nhiên nuôi dưỡng và nghiên cứu khác biệt nhân cách, mô tả cá nhân và ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Mô tả ngắn gọn thuyết tiến hóa.
2. Phác họa những lĩnh vực tâm lý học chính.
3. Thuật ngữ tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng có nghĩa gì?

Câu hỏi thảo luận

1. Thảo luận mối quan hệ giữa lịch sử tâm lý học và phương pháp luận.
2. Quan tâm hiện đại về các vấn đề đạo đức ảnh hưởng đến phương pháp luận tâm lý học ra sao?
3. Khái niệm các mức độ giải thích giúp chúng ta hiểu các vấn đề tâm lý học như thế nào?

phần

1

Tâm lý học nhận thức

Nhận thức và chú ý 36

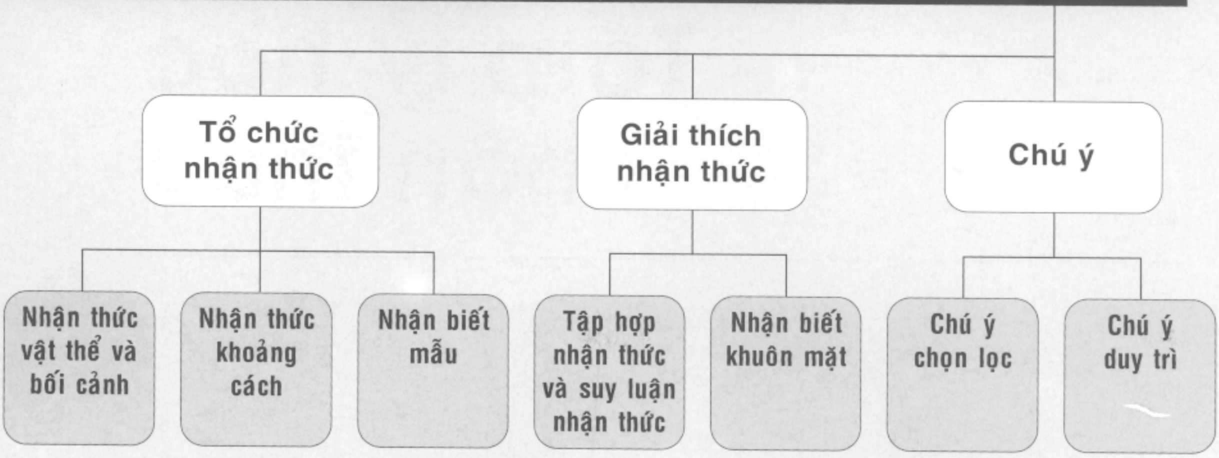
Trí nhớ 79

Ngôn ngữ và biết đọc biết viết 119

Suy nghĩ và trình bày 160

chương 2

Nhận thức và chú ý


Tổ chức nhận thức
Giải thích nhận thức
Chú ý
Nhận thức vật thể và bối cảnh
Nhận thức khoảng cách
Nhận biết mẫu
Tập hợp nhận thức và suy luận nhận thức
Nhận biết khuôn mặt
Chú ý chọn lọc
Chú ý duy trì

Đối tượng nghiên cứu

2.1. Tổ chức kinh nghiệm nhận cảm

a. Nhận dạng đặc điểm cơ bản của tổ chức nhận thức

b. Liên kết tổ chức nhận thức với quá trình nhận thức

c. Phác họa lý thuyết nhận thức máy tính của Marr

2.2. Nhận thức chiều sâu

a. Gọi tên những gợi ý chính sử dụng trong nhận thức chiều sâu

b. Phác họa lý thuyết nhận thức chiều sâu của Gibson

c. Xác định khái niệm chính trong lý thuyết nhận thức của Gibson

2.3. Giải thích nhận biết mẫu

a. Nhận dạng ứng dụng nhận biết mẫu liên quan

b. Đánh giá tiếp cận nhận biết mẫu chính

c. Mô tả mô hình nhận biết mẫu "từ dưới lên"

2.4. Suy luận nhận thức

a. Mô tả nghiên cứu minh họa bối cảnh nhận thức

b. So sánh giả thuyết nhận thức và khoa học

c. Liên kết ảo giác với cơ chế nhận thức

2.5. Nhận biết khuôn mặt

a. Đánh giá nghiên cứu về nhận biết khuôn mặt

b. Phân biệt giữa các quá trình nhận biết khuôn mặt quen và lạ

c. Nhận dạng yếu tố từ trên xuống và từ dưới lên trong nhận biết khuôn mặt

2.6. Chú ý duy trì

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan chú ý duy trì

b. Liệt kê yếu tố chính ảnh hưởng đến cảnh giác

c. Mô tả giải thích đánh thức chú ý duy trì

2.7. Chú ý chọn lọc

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan chú ý chọn lọc

b. Phác họa các mô hình chú ý chọn lọc chính

c. Liên kết chứng cứ thực nghiệm với các mô hình lý thuyết chú ý chọn lọc

2.8. Chu kỳ nhận thức của Neisser

a. Định nghĩa thuật ngữ về chu kỳ nhận thức của Neisser

b. Mô tả lý thuyết nhận thức của Neisser

c. Liên kết chu kỳ nhận thức với kinh nghiệm hàng ngày

Nhận thức là tất cả cách hiểu thông tin tiếp nhận qua các giác quan của cơ thể. Thông tin được tiếp nhận trực tiếp từ các giác quan gọi là **cảm giác**. Đây là ấn tượng nhận cảm thực sự mà chúng ta có được. Nhưng nếu chúng ta phải tìm ý nghĩa từ một kinh nghiệm nhận cảm bất kỳ – nếu chúng là một vật gì đó ngoài vết ố màu sắc, tiếng động hay mùi vị thì chúng ta cần phải giải thích chúng. Trong nhận thức thị giác (thị giác là giác quan được các nhà tâm lý học nghiên cứu sâu nhất) chúng ta cần phân biệt các vật thể với bối cảnh, chúng ta cần phải phân biệt vật thể này có xa hơn vật thể kia hay không, chúng ta phải nhận biết các mẫu và khuôn mặt quen thuộc, v.v... Nghiên cứu nhận thức trong tâm lý bao gồm việc nghiên cứu cách tiến hành nhận thức và lý thuyết mà các nhà tâm lý học đã phát triển nhằm giải thích nhận thức.

Chú ý không giống như nhận thức nhưng liên kết gắn bó với nhận thức. Trong chương này, chúng ta sẽ nghiên cứu cách các nhà tâm lý tìm hiểu sự chú ý – chúng ta chú ý một vấn đề trong bao lâu trước khi nhàm chán, mệt mỏi và bắt đầu sai sót, và cách chúng ta chọn nên chú ý điều gì ngoài khối lượng thông tin nhận cảm mà chúng ta đang tiếp nhận.

NHẬN THỨC VẬT THỂ VÀ BỐI CẢNH

Bước đầu tiên trong giải thích thông tin nhận cảm là phải tổ chức nó. Tổ chức nhận thức bao gồm việc chuyển đổi ấn tượng của chúng ta về ánh sáng, bóng tối và màu sắc thành những đơn vị có ý nghĩa, tượng trưng cho thế giới xung quanh. Bước đầu tiên trong quá trình này là phân biệt vật thể và hình ảnh với bối cảnh. Cách chúng ta tiến hành đã được các nhà tâm lý học nghiên cứu trong nhiều thập niên.

Phân biệt hình ảnh với bối cảnh là điểm rất cơ bản trong nhận thức. Thực tế nó mang tính cơ bản đến mức chúng ta phải cố gắng thực hiện cho dù hình ảnh "thực tế" không có. Nếu chúng ta đối mặt với một khối lượng thông tin nhận cảm gây nhầm lẫn thì phải cố gắng tập hợp các kích thích khác nhau thành nhóm sao cho có thể phát hiện, nhận biết mẫu. Nếu chúng ta đối mặt với một vết ố màu xám hoàn toàn vô nghĩa, chiếm trọn trường nhận thức thì suy nghĩ của chúng ta bắt đầu hình thành hình dạng và hình ảnh của nó. Trong nửa đầu thế kỷ 20, có nhiều nghiên cứu tâm lý học với trang bị "Ganzfeld", có thể tạo ra thị trường không mang đặc điểm, và tất cả những nghiên cứu ấy có vẻ chứng minh khuynh hướng nhận biết hình ảnh so với bối cảnh rõ nét đến mức nào.

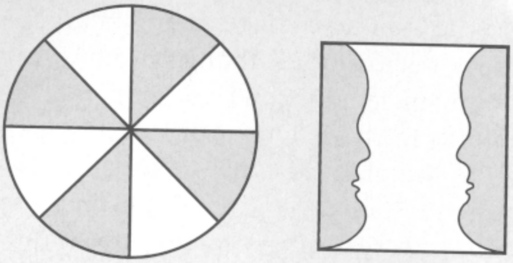
Chúng ta cũng nhận thấy điều này khi nhìn hình ảnh kép, như đường chéo hay hình lọ hoa (Hình 2.1). Khi nhìn một trong những hình này – nghĩa là bóng – thì không nhìn thấy lọ hoa nữa. Nếu chúng ta nhìn lọ hoa thì bóng biến mất. Chúng ta nhìn thấy vật thể so với phần nền nhưng hệ thống nhận thức không cho chúng ta nhìn thấy vật thể so với bối cảnh. Tổ chức nhận thức thành hình ảnh so với bối cảnh là yếu tố tác động rất mạnh đến hệ thống nhận thức.

LUẬT NHẬN THỨC GESTALT

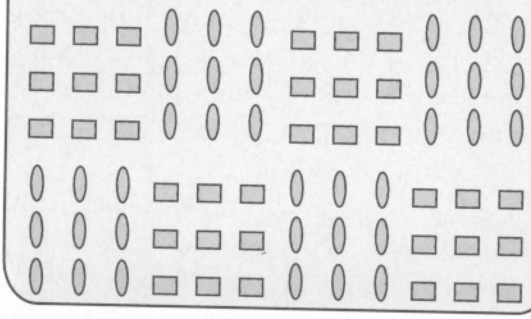
Trong thập niên 1930, các nhà tâm lý học Gestalt nghiên cứu cách chúng ta nhận thức vật thể và hình ảnh. Họ nhận dạng một tập hợp các nguyên tắc nhận thức mà họ quy cho là **luật Prägnanz.** Prägnanz có nguồn gốc ngôn ngữ học giống như từ tiếng Anh "pregnant", nghĩa "có nhiều ý nghĩa". Luật Gestalt của Prägnanz cho thấy cách chúng ta góp thêm ý nghĩa thậm chí vào những tập hợp kích thích thị giác đơn giản nhất. Có bốn nguyên tắc kết hợp sau.

Thứ nhất là **nguyên tắc tương tự.** Theo nguyên tắc này, nếu chúng ta xét đến một

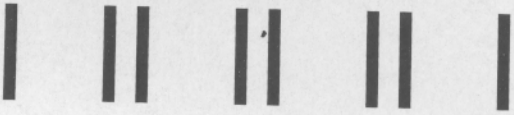
Hình 2.1 Nhận biết trên cơ sở hình vẽ



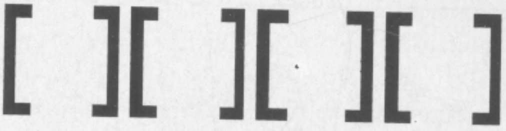
Hình 2.2 Tính tương tự



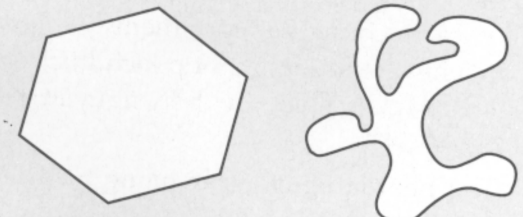
Hình 2.3 Tính gần gũi



Hình 2.4 Tính khép kín



Hình 2.5 Gestalt tốt và xấu



tập hợp các kích thích, và không áp dụng được luật Gestalt khác, thì chúng ta sẽ tự động tập hợp thành nhóm những kích thích giống nhau (Hình 2.2). Chúng ta xem chúng "thuộc về" nhau. Nhưng điều này dễ bị nguyên tắc thứ hai vượt qua: **nguyên tắc gần gũi.** Theo nguyên tắc này kích thích nào gần nhau sẽ hình thành một nhóm thậm chí chúng hoàn toàn không giống nhau (Hình 2.3).

Thứ ba và có lẽ là nguyên tắc nhận thức Gestalt mạnh nhất gọi là **nguyên tắc khép kín.** Nói chung chúng ta thường có khuynh hướng thích hình ảnh khép kín nhiều hơn là những đường nét rời rạc hay phân mảnh (Hình 2.4). Nguyên tắc này mạnh đến mức áp đảo mọi nguyên tắc khác. Và luật Gestalt thứ tư là **nguyên tắc Gestalt tốt.** Nguyên tắc này ảnh hưởng đến nhận thức của chúng ta dưới dạng ưa thích các hình ảnh có vẻ tròn trịa, cân đối hơn là hình dạng phân mảnh hay lộn xộn (Hình 2.5). Mặc dù chúng ta có thể hiểu cách đánh giá đúng hình dạng phân mảnh và lộn xộn như trong một số hình thức nghệ thuật, nói chung con người nhận dạng hình ảnh "Gestalt tốt" nhanh hơn nhiều so với hình dạng phức tạp hay cấu trúc kém hơn.

YẾU TỐ SINH LÝ TRONG NHẬN THỨC TRÊN CƠ SỞ HÌNH ẢNH

Có vẻ cách sắp xếp các sợi thần kinh trong hệ thị giác giúp nhận thức trên cơ sở hình ảnh. Năm 1968, Hubel và Wiesel công bố tiểu luận kết quả của nhiều năm nghiên cứu. Họ ghi lại hoạt động của các tế bào riêng lẻ trong các bộ phận thị giác trong não, nhất là các nhân khuỷu bên trong vùng đồi thị (khâu não, gò thị) và vỏ thị giác (chúng ta sẽ nghiên cứu cấu trúc não chi tiết hơn trong các Chương 10 và 12) như thế. Họ nhận thấy các tế bào chuyên môn trong những vùng này phản ứng rất đặc biệt đối với các kích thích thị giác khác nhau và có vẻ trình bày sự "phân loại" thông tin ban đầu mà hệ thị giác tiếp nhận được. Họ nhận dạng 3 loại tế bào được tổ chức theo một hệ thống thứ bậc.

Tế bào đơn, phức và siêu phức

Tế bào ở mức độ thấp nhất có vẻ chỉ phản ứng với một loại kích thích thật đơn giản. **Tế bào đơn giản** phản ứng đối với một điểm nhỏ trong một phần của trường thị giác, hay đối với một đoạn thẳng trong một góc cụ thể và không nhận biết một điểm khác, chỉ nằm trong một bộ phận của trường thị giác. Chúng mang chức năng đặc trưng. Nhưng cũng có nhiều tế bào đơn giản ở số lượng lớn sao cho giữa chúng bao phủ trọn trường thị giác, thu thập dữ liệu về các dấu chấm và đoạn thẳng.

Hubel và Wiesel phát hiện thông tin được tế bào đơn thu thập do **tế bào phức** tạo ra. Mỗi tế bào phức nhận thông tin từ nhiều tế bào đơn và liên kết thông tin ấy với nhau. Chẳng hạn, một tế bào phức nhận được thông tin từ nhiều tế bào đơn về đoạn thẳng ở một góc cụ thể. Sau đó tế bào ấy phản ứng với đoạn thẳng trong góc cụ thể ấy bất kỳ nơi đâu trong trường thị giác.

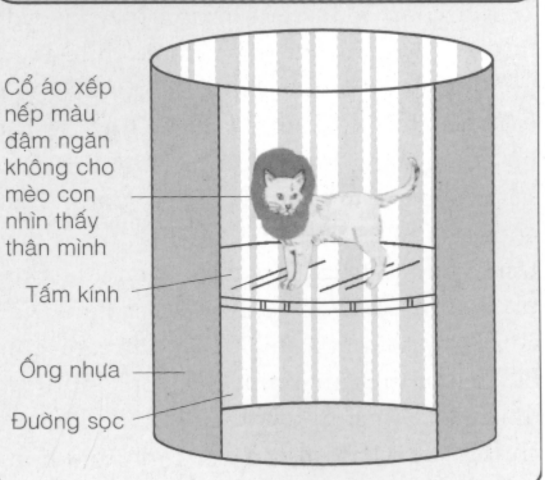
Tế bào phức đến lượt chuyển thông tin sang **tế bào siêu phức,** và những tế bào này phản ứng đối với hình ảnh hay hình dạng đơn giản. Chúng phối hợp thông tin nhận được từ một số tế bào phức sao cho chúng có thể phát hiện chẳng hạn một hình tam giác hay một hình sao. Ngụ ý của những chứng cứ này là nhận thức hình dạng cơ bản, ít nhất thông báo cho hệ thần kinh.

Nhận thức trên cơ sở hình ảnh có mang tính bẩm sinh hay không?

Gần 40 năm trước, các nhà tâm lý học Gestalt nghiên cứu rằng nhận thức trên cơ sở hình ảnh là một nguyên tắc nhận thức hợp lý có lẽ mang tính bẩm sinh. Chứng cứ của Hubel và Wiesel cho thấy có thể sự phát hiện hình ảnh có sẵn trong hệ thần kinh mặc dù theo cách khác nhau. Tuy nhiên, giống như hầu hết các vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng, thì vấn đề môi trường cũng tỏ ra quan trọng. Blakemore (1984) báo cáo một nghiên cứu trong đó mèo con một môi trường hạn chế về tầm nhìn, cho nên từ thời điểm mèo con mở mắt chúng chỉ nhìn thấy "thế giới theo chiều dọc", nhìn thấy chỉ những đường thẳng đứng (Hình 2.6). Blakemore nhận thấy khoảng 10 tuần sau, khoảng 10% tế bào đơn giản và phức tạp đều thay đổi chức năng, lúc này phản ứng với những đường thẳng đứng thay vì một dải các góc như ở động vật bình thường.

Có thể điều này cũng áp dụng cho con người mặc dù có lẽ không hoàn toàn ấn tượng như thế. Hầu hết mọi người trong các nền văn hóa phương Tây đều sống trong môi trường kỹ thuật cao, có nhiều đường nét theo chiều dọc và ngang, trong khi đường cong hay chéo góc ít phổ biến hơn. Annis và Frost (1973) nghiên cứu bộ tộc Da Đỏ Cree ở Canada, với đời sống truyền thống có nhiều đường thẳng nhưng nói chung đều có các loại góc cạnh (chẳng hạn họ sống trong lều). Số người này được so sánh với những người khác (cũng thuộc bộ tộc Cree) đã trưởng thành trong môi trường đô thị phương Tây.

Hình 2.6 "Thế giới theo chiều dọc của Blakemore"


Cổ áo xếp nếp màu đậm ngăn không cho mèo con nhìn thấy thân mình
Tấm kính
Ống nhựa
Đường sọc

Công việc của họ là nghiên cứu từng đôi đoạn thẳng để đánh giá liệu chúng có song song hay không. Những người trưởng thành trong môi trường kỹ thuật rất giỏi trong việc đánh giá đường theo chiều dọc và ngang, nhưng kém hơn người khác khi đánh giá đường chéo. Có thể chính môi trường kỹ thuật phản ánh một loại kinh nghiệm hạn chế tác động đến cách phát triển tế bào thị giác. Blakemore cũng cho rằng chứng cứ của ông giải thích cho bệnh thông thường ở mắt, chứng loạn thị, trong đó người ta khó khăn khi nhìn thấy đoạn thẳng ở một số góc chứ không nhìn thấy ở các góc khác.

LÝ THUYẾT NHẬN THỨC MÁY TÍNH CỦA MARR

Marr (1982) đặc biệt quan tâm trong việc bằng cách nào chúng ta nhận dạng vật thể hay đặc điểm từ khối lượng thông tin xuất hiện trong hình ảnh võng mạc. Để tìm hiểu điều này, Marr áp dụng mô hình máy tính, nghiên cứu một hệ thống nhận thức được hình thành bằng những tế bào đơn giản và phức tạp và những yếu tố khác như thế, có thể khai thác hình ảnh phức tạp như cây cối, con người hay động vật ra sao. Rõ ràng, chúng ta không có những tế bào siêu phức để nhận biết hình ảnh như thế này, vì thế cần phải giải thích nhiều hơn.

Marr lập luận rằng muốn hiệu quả, lý thuyết thị giác nên giải thích chức năng hoạt động ở ba cấp: cấp vi tính, cấp thuật toán và cấp thực hiện. **Cấp vi tính** đề cập hệ thống đang làm gì để đi đến mục đích. Vì thuyết của Marr là nhận dạng cách chúng ta nhận biết đồ vật, sau đó sự quan tâm vi tính trực tiếp của thuyết là phải phát hiện các góc cạnh và giới hạn. Nếu chúng ta phải phát hiện một hình ảnh trên bối cảnh thì cần phải biết hình ảnh bắt đầu và bối cảnh kết thúc ở đâu. Trừ phi chúng ta phát hiện các góc cạnh thì không chắc hiểu được thông tin tiếp nhận.

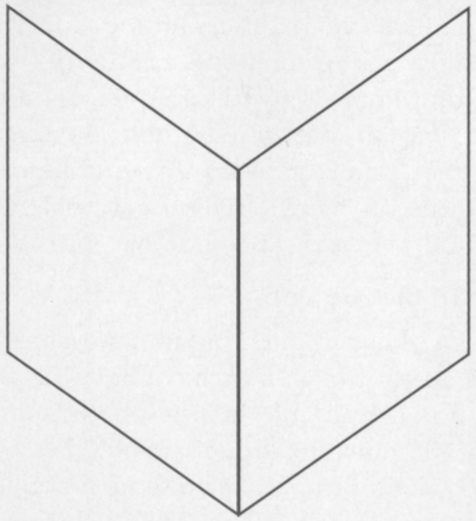
Cấp thuật toán quan tâm đến việc hệ thống trình bày hay tính toán góc cạnh ra sao: nên thực hiện phép tính gì trong phân tích dữ liệu để đạt đến một số cách phát hiện chúng có hệ thống, chẳng hạn như cho biết một vùng bôi đen có phải là góc cạnh hay chỉ là một bề mặt. **Cấp thực hiện** quan tâm đến "phần cứng" thích hợp dưới dạng tế bào thần kinh và sự liên kết cần thiết thực sự có mặt trong hệ thị giác, vì thế các quá trình thuật toán cần thiết có thể xảy ra trong thực tế. Một lý thuyết tinh vi không phù hợp với cấu trúc sinh lý của hệ thị giác cũng chưa phải là lý thuyết tốt.

Mạng thị giác

Marr chọn như xuất phát điểm của mình rằng tất cả thông tin cần thiết hiện có khi ánh sáng đập vào mắt – **mạng thị giác**. Hình ảnh trên võng mạc có thể hình dung như sự sắp xếp các điểm, mỗi điểm tương ứng với một tế bào que hay tế bào hình nón (tế bào phát hiện ánh sáng trên võng mạc). Bằng cách này hay cách khác, những điểm này cần được sắp xếp: những điểm "thuộc về nhau" phải được xem là liên kết với nhau. Marr cho rằng chúng ta thực hiện điều này bằng việc nhận dạng hai loại đặc điểm: **đường viền,** giống như các đoạn thẳng trên bản đồ biểu thị hình dạng mặt đất, và **vùng tương tự.** Chúng ta phải kể đến đường viền cũng như vùng tương tự vì trong đời sống thực, vật thể không phải đều có một màu hay cường độ, cũng như không có bối cảnh, vì thế chỉ xét đến điểm tương tự có thể gây nhầm lẫn.

Nhiều loại đường viền khác nhau có thể cung cấp gợi ý quan trọng đối với hình dạng một đồ vật. Một số đường viền tượng trưng bề mặt lồi, đường cong hướng ra ngoài, như hình dạng một quả táo hay góc ngoài một tòa nhà, những đường viền khác có thể lõm, tạo thành góc hướng mặt vô trong, giống như khoảng cách giữa các gói nệm trên trường kỷ. Dĩ nhiên trong và ngoài bối cảnh của

Hình 2.7 Ảo giác khi mở sách



chúng, những đường viền này không cung cấp nhiều thông tin: một vài ảo giác nổi tiếng trên cơ sở một tập hợp các đoạn thẳng có thể xem là đường viền lồi hay lõm (Hình 2.7). Nhưng Marr thực ra không quan tâm nhận thức hình vẽ đường nét, mà bằng nhận thức đời thực, trong đó sự hiện diện của mọi loại trường thị giác khác tạo ra sự mơ hồ như thế ít có khả năng xảy ra.

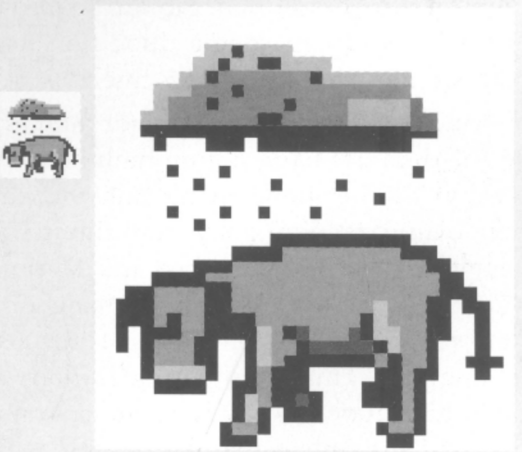
Marr cho rằng thật bổ ích khi xét đến hình ảnh trên võng mạc bằng cách nghĩ chúng như một hình ảnh máy tính. Trong hình ảnh máy tính, những bức tranh hoàn toàn phức tạp có thể hình thành bằng cách chia bức tranh thành nhiều vùng thật nhỏ gọi là pixel. Mỗi pixel có thể chỉ toàn một màu hay tạo bóng dần dần từ cạnh này sang cạnh khác. Bằng việc phối hợp những pixel này, chúng ta có được bức tranh thật chi tiết: pixel càng nhỏ thì nhận dạng chi tiết càng nhiều, nếu chúng nhỏ ở mức thích hợp (như trên màn hình tivi) thậm chí chúng ta cũng không biết hình ảnh do các chấm tạo thành (Hình 2.8).

Xây dựng hình ảnh

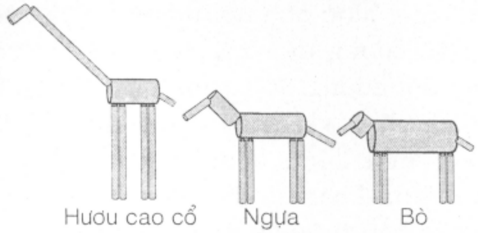
Năm 1976, Marr chứng minh hình ảnh cơ bản này, được gọi là **phác họa cơ bản thô** có thể hình thành bằng cách sử dụng chấm nhỏ hay pixel. Bằng việc nhìn vào các vùng hình ảnh nơi mạng thị giác thay đổi về cường độ, ông cho biết các vùng thay đổi cường độ có thể biểu thị một số đường viền và vùng quan trọng hơn – trong một hình thức rất phân mảnh. Thông tin khác có thể bổ sung vào phác họa cơ bản thô bằng việc chấp nhận một số nguyên tắc Cấu trúc cơ bản như nguyên tắc gần gũi và tương tự. Những điều này tạo ra một hình ảnh tiết lộ cấu trúc cơ bản quan trọng của một cảnh quan – nhưng không chi tiết. Marr gọi hình ảnh điều chỉnh này là **phác họa cơ bản tinh**.

Marr cho rằng quá trình xử lý hình ảnh thường chọn phác họa cơ bản tinh, sau đó bổ sung thông tin về chiều sâu và khoảng cách, có được từ sự khác biệt giữa hai mắt và thị sai chuyển động (chúng ta khảo sát vấn đề này trong phần sau). Điều này cho chúng ta biết nhiều hơn về hình ảnh: nói chung, có thể cho chúng ta biết liệu một bộ phận có nằm phía trước bộ phận khác hay không. Vì thế nó bắt đầu cho chúng ta một hình ảnh không gian ba chiều nhưng không phải là hình ảnh trọn vẹn. Chẳng hạn, nó không cho phép chúng ta so sánh khoảng cách giữa các vật thể nằm ở các phần khác nhau trong trường thị

Hình 2.8 Hình ảnh và pixel



Hình 2.9: Phác họa theo không gian 2,5 chiều



giác. Vì nó chỉ cung cấp một phần thông tin mà chúng ta cần biết về chiều sâu, chứ không cung cấp hết, nên Marr mô tả phác họa này là **phác họa không gian 2,5 chiều.** Khi nghiên cứu lý thuyết của Gibson ở cuối chương này, chúng ta sẽ biết việc bổ sung vào ảnh hưởng chuyển động và hành động có thể giải thích cho nhận thức đầy đủ không gian ba chiều.

Marr và Nishihara (1978) cho thấy nhận thức vật thể cũng có thể hình thành từ phác họa không gian 2,5 chiều (Hình 2.9). Họ cho rằng khi chúng ta nhìn đồ vật, một đặc điểm quan trọng là thể tích mà vật thể thể hiện: chúng ta không nhìn thấy vật thể như những mặt phẳng, chúng ta xem vật thể như vật thể hoàn chỉnh, chiếm không gian thực. Marr và Nishihara cho rằng hệ thống nhận thức suy luận từ phác họa không gian 2,5 chiều là một tập hợp các hình dạng giống như hình nón. Một đối tượng bất kỳ như con người hay cây cối có thể nhìn thấy ở dạng thô là một tập hợp các hình nón hay hình ống khái quát hóa. Họ lập luận đây là xuất phát điểm có thể được tính toán từ phác họa không gian 2,5 chiều.

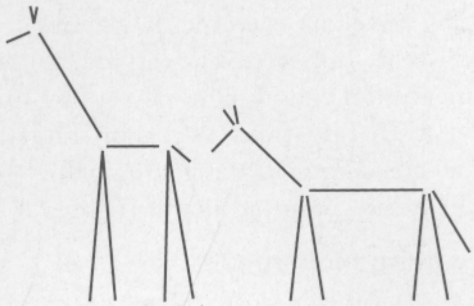
Mức độ khác nhau về chi tiết hình ảnh có thể diễn đạt bằng những hình nón nhỏ dần, vì thế hệ thống mang tính thứ bậc, nếu chúng ta nhìn thấy con chó từ xa chẳng hạn thì ấn tượng có thể là phần đầu, thân, chân và đuôi chó mang hình nón khái quát hóa (như trong Hình 2.9). Nhưng nếu chúng ta đến gần hơn, sẽ phân biệt được tai và cổ, có thể chia nhỏ mỗi chân thành nhiều mảnh. Mỗi đặc điểm trong số này có thể suy luận từ phác họa không gian 2,5 chiều như một hình nón khái quát hóa, nhưng Marr và Nishihara cho rằng hệ thống ban đầu thường hoạt động từ các mức độ chung hơn, và dần dần chuyển đến các mức độ cụ thể hơn. Trước tiên chúng ta nắm bắt toàn bộ ấn tượng về hình ảnh, phân loại chi tiết một khi đã xác định.

Nhận biết đồ vật

Yếu tố khác giúp chúng ta nhận dạng vật thể nhanh chóng là cách chúng ta sử dụng hình nón khái quát hóa để phát triển một loại mô hình "hình que" (Hình 2.10), bằng cách vẽ một trục đi qua mỗi hình nón khái quát hóa trong hình và nối chúng với nhau. Những "hình que" này, theo Marr và Nisihara, sau đó phối hợp với quyển sách mẫu các mô hình được lưu trữ, sử dụng làm hình ảnh tham khảo so sánh. Hình ảnh trong sách mẫu có lẽ đã được tập quen hay trong trường hợp hình dạng rất quan trọng như con người hay động vật thì chúng mang tính di truyền. Nhưng cả hai cách, sách mẫu được sắp xếp theo hệ thống thứ bậc, thay đổi từ mô hình chung, như "giống người", "giống cây", v.v... cho đến những mô hình cụ thể hơn, như "trẻ em", "bụi cây", v.v...

Thậm chí với một hình ảnh từ xa hay rất mờ, thật dễ phân biệt đó là một vật hai chân với vật bốn chân, nhưng chúng ta cần chi tiết hơn khi phân biệt chó với

Hình 2.10 Hình que



mèo hay đàn bà với đàn ông. Phối hợp mô hình hình que với mô hình đã biết từ sách mẫu cơ bản giúp chúng ta nhận biết vật thể quen thuộc thật dễ dàng. Thực ra, Marr cho rằng hình que và bóng có thể là hình ảnh tác động đặc biệt trong hình vẽ và nghệ thuật chính xác vì chúng nắm bắt mô hình cơ bản mà bộ não sử dụng để nhận biết.

Khía cạnh quan trọng nhất trong lý thuyết của Marr là ở chỗ cho thấy quá trình thị giác cơ bản có thể phối hợp hình thành bức tranh về thế giới bên ngoài chỉ bằng cách phân tích thông tin hiện có trong mạng thị giác, không cần trắc nghiệm giả thuyết hay phỏng đoán từ hiểu biết trước đây. Phép ẩn dụ máy tính của Marr đưa ra một giải thích có thể trong việc nhận biết vật thể ở con người, cũng như cung cấp hướng dẫn cho các nhà nghiên cứu robot, đang cố gắng phát triển hệ thống phân tích thông tin thị giác.

NHẬN THỨC KHOẢNG CÁCH

Khía cạnh nhận thức thị giác khác được các nhà tâm lý học nghiên cứu mở rộng là **nhận thức chiều sâu.** Nghiên cứu này liên quan đến việc bằng cách nào chúng ta có thể biết một vật thể cách xa bao nhiêu. Khi nhìn đồ vật, mắt tiếp nhận hình ảnh đồ vật, môi trường xung quanh, chiếu vật thể lên võng mạc. Đây là mạng thị giác mà Marr đề cập – một loại "màn hình" gồm các tế bào nhạy cảm với ánh sáng ở phía sau cầu mắt, thu nhận hình ảnh của thế giới bên ngoài. Nhưng hình ảnh võng mạc là không gian 2 chiều vì thế chúng ta sẽ biết rằng vật thể cách bao xa, não phải suy luận điều này từ thông tin về hình ảnh.

Não thực hiện điều này bằng cách sử dụng **gợi ý chiều sâu** – đặc điểm hình ảnh võng mạc gợi ý khoảng cách của một vật thể hay cảnh quan. Có hai loại gợi ý chiều sâu: **gợi ý chiều sâu một mắt,** hoạt động ngang nhau bằng một hay hai mắt, và **gợi ý chiều sâu hai mắt,** bao gồm việc phối hợp hình ảnh nhận được ở mỗi mắt và suy luận khoảng cách từ những khoảng cách rất nhỏ giữa chúng. Một số động vật như thỏ và hầu hết các loài chim, đều có mắt nằm hai bên đầu, giúp chúng có tầm nhìn bao quát tốt vì mắt này thu được hình ảnh nằm bên trái của thỏ trong khi mắt kia thu được hình ảnh bên phải. Nhưng điều này có nghĩa thỏ chỉ sử dụng gợi ý chiều sâu một mắt. Mặc dù những động vật khác như khỉ, cú và người đều có mắt ở phía trước, giúp họ sử dụng gợi ý chiều sâu hai mắt cũng như gợi ý chiều sâu một mắt, vì thế sẽ chính xác hơn khi đánh giá khoảng cách.

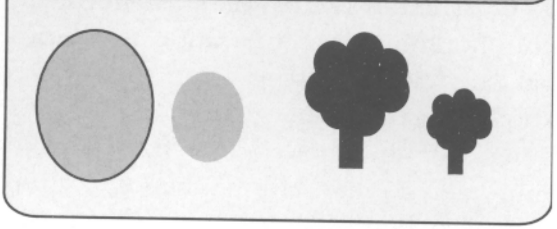
GỢI Ý CHIỀU SÂU MỘT MẮT

Giới họa sĩ sử dụng gợi ý chiều sâu một mắt khi họ cố gắng biểu thị khoảng cách trong hội họa. Có bảy gợi ý quan trọng như sau: **kích thước tương đối** của các vật thể khác nhau: vật thể có vẻ nhỏ hơn khi chúng ở xa (Hình 2.11). Gợi ý khác là **bóng.** Người vẽ bảng hiệu thường sử dụng bóng để làm cho chữ nổi bật trên bối cảnh, tạo ấn tượng bối cảnh nằm cách xa chữ (Hình 2.12). Gợi ý chiều sâu một mắt thứ ba là **chồng:** một vật thể bao phủ nhiều phần trên bối cảnh hay nhiều phần của vật thể khác nằm ở phía sau nó. Khi chúng ta nhìn thấy trọn một vật thể và chỉ một phần của vật thể khác kế bên, thì thường kết luận rằng vật thể nhìn thấy một phần nằm ở xa hơn (Hình 2.13).

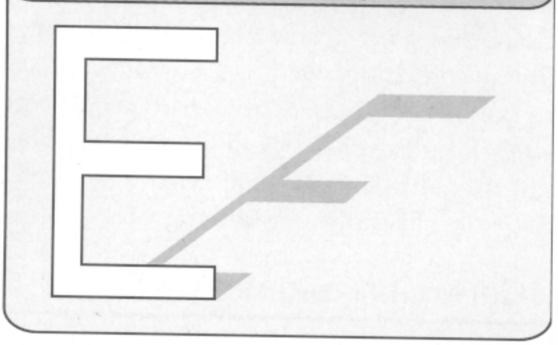
Khi nhìn bức họa hay ảnh chụp, **chiều cao trong mặt bằng** là một gợi ý quan trọng. Vật thể ở xa có vẻ cao hơn trong mặt bằng thể hiện trong bức ảnh. Gợi ý tương tự áp dụng khi chúng ta nhìn một cảnh quan thực: nói chung, vật thể xa hơn có vẻ cao hơn và gần đường chân trời hơn (Hình 2.14).

Cũng có **gradient màu sắc** khi vật thể đến gần đường chân trời. Vật thể ở gần

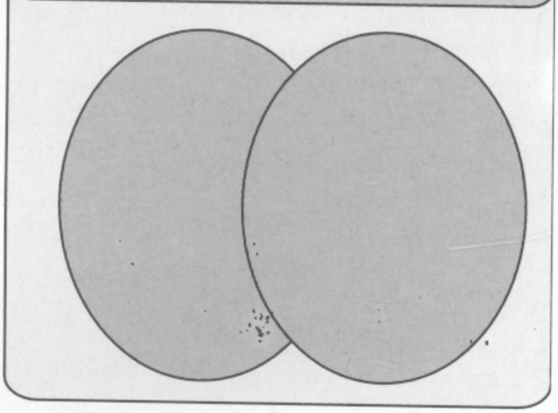
Hình 2.11 Kích thước tương đối



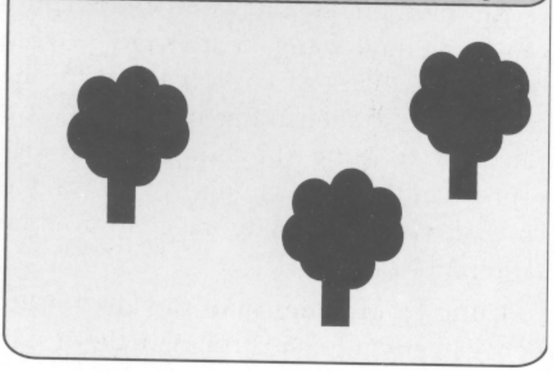
Hình 2.12 Bóng



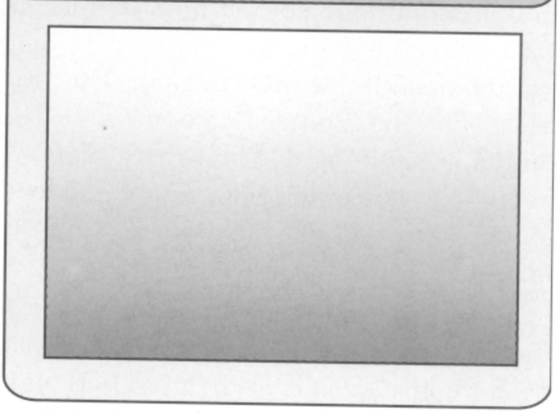
Hình 2.13 Chồng



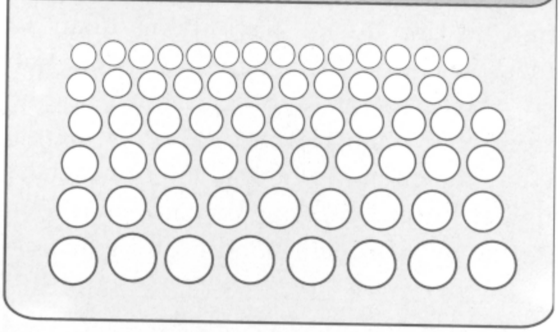
Hình 2.14 Chiều cao trong mặt bằng



Hình 2.15 Gradient màu sắc



Hình 2.16 Gradient bố cục



có màu sắc rõ nét nhưng vật thể ở xa có màu xám hơn (Hình 2.15). Và chi tiết khó nhận thấy hơn, cũng như đối với gradient bố cục. Khi một người bất kỳ tìm chỗ để ngồi cắm trại ở thôn quê đều biết, cỏ ở gần lúc nào cũng có vẻ gợn sóng, không đều, trong khi đám cỏ ở xa có vẻ bóng mượt hơn (Hình 2.16).

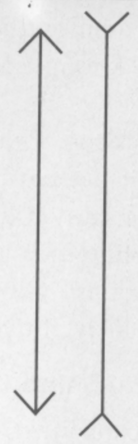
Cử động cũng cung cấp thông tin về chiều sâu. Nếu chúng ta cử động phần đầu – hay di chuyển thân mình – từ phía này sang phía khác thì sẽ nhìn thấy hay không thấy nhiều phần nền khác nhau. Điều này hình thành một gợi ý chiều sâu thứ bảy gọi là **thị sai chuyển động.** Một trong những điều lý thú về kỹ thuật tạo ảnh ba chiều là cách chúng tạo ra ảo giác chiều sâu bao gồm thị sai. Nếu bạn nhìn sang "một bên"của hình ảnh kỹ thuật ba chiều thì bạn sẽ nhìn thấy nhiều hơn phần nền phía sau, giống như một vật thể ba chiều. Nhưng dĩ nhiên ảnh chụp từ mọi góc độ đều trông như nhau.

GỢI Ý CHIỀU SÂU HAI MẮT

Như chúng ta đã thấy, mắt đặt phía trước cũng giúp chúng ta tiếp cận gợi ý chiều sâu khác. Chẳng hạn lượng khác biệt giữa hai hình ảnh biểu thị một vật thể ở cách bao xa. Nếu bạn nhắm một mắt, dùng bút chì vẽ một vật thể ở xa thì bạn sẽ nhận thấy khi nhìn bằng mắt kia vật thể có vẻ "nhảy" so với vật thể bạn vừa vẽ. Ngoài ra, nếu bạn cầm bút chì, đưa thẳng cánh tay ra, có vẻ bút chì nhảy ít hơn nếu bạn đưa bút chì gần sát mắt.

Sự khác nhau giữa hình ảnh hai mắt tiếp nhận còn gọi là **sự chênh lệch hai mắt.** Đây là một gợi ý chiều sâu quan trọng, có vẻ như thể hệ thống thị giác của chúng ta được cấu trúc như thế. Năm 1977, Hubel và Wiesel chứng minh tế bào trong vỏ não thị giác phản ứng với thông tin sử dụng **các cột khống chế mắt.** Điều này có nghĩa tế bào đơn giản hay phức tạp nhận thông tin từ mắt trái sẽ sát cánh với tế bào tiếp nhận cũng thông tin ấy từ mắt phải. Điều này cho thấy bộ não kết hợp hai hình ảnh, cho phép tính toán sự chênh lệch giữa hai mắt hiệu quả hơn. Chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu này chi tiết trong Chương 10.

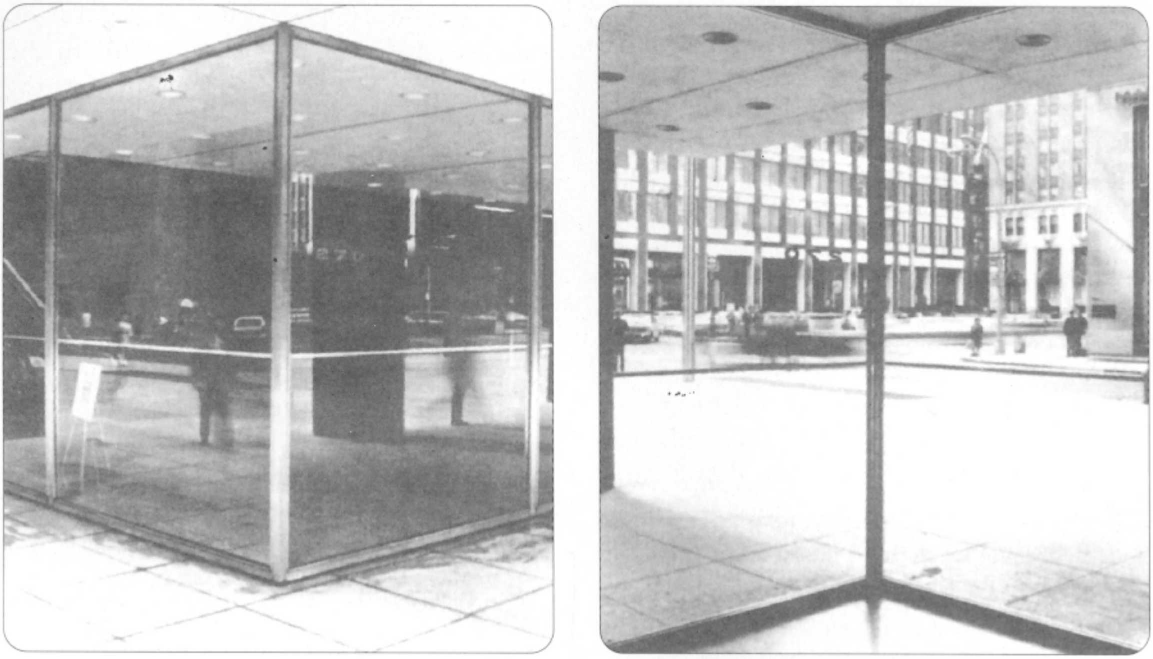
Hình 2.17 Ảo giác Müller-Lyer



Chúng ta cũng có được thông tin bổ sung về chiều sâu bằng lượng **hội tụ** thể hiện bằng cơ mắt khi chúng ta tập trung vào vật thể ở gần hay xa. Nếu chúng ta nhìn về cực vô hạn chẳng hạn như nhìn lên bầu trời hay nhìn ra biển, thì hướng trừng mắt ở mỗi mắt hầu như song song nhau. Nhưng nếu chúng ta nhìn vật thể ở gần hơn thì mắt của chúng ta tạo thành góc hướng về nhau sao cho cả hai mắt đều tập trung vào vật thể. Cách chúng ta sử dụng cơ mắt cũng khác nhau trong hai trường hợp. Vật thể gần tạo ra mức độ hội tụ cao hơn vật thể ở xa, vì thế những gợi ý cơ bắp này cũng giúp chúng ta hiểu chiều sâu.

Phối hợp những gợi ý khác nhau này cho phép chúng ta phát triển một khả năng chính xác đáng kể để phỏng đoán vật thể cách xa bao nhiêu – kiến thức chúng ta sử dụng hàng ngày. Chẳng hạn băng qua đường, hay lái ô tô đều bao gồm những tính toán suy nghĩ tinh vi về khoảng cách, tốc độ và thời gian, điều mà chúng ta thực hiện hoàn toàn bằng tiềm thức. Không có hệ thống chính xác hợp lý để dự đoán chiều sâu, thì chúng ta hoàn toàn không thể thực hiện điều này thành công.

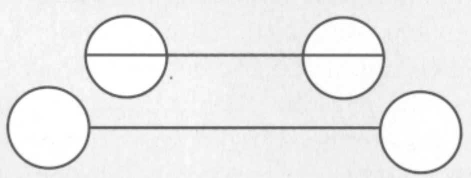
Gregory (1963) lập luận rằng nhiều **ảo giác** phát sinh vì gợi ý chiều sâu trong kích thích có nghĩa chúng ta hiểu chúng như không gian ba chiều nhưng thực ra không phải thế. Một trong những hình ảnh ông áp dụng lập luận này là ảo giác Müller-Lyer – một ảo giác tác động mạnh trên cơ sở hai đường song song có chiều dài bằng nhau (Hình 2.17). Gregory cho rằng lý do giải thích tại sao ảo giác này tác động mạnh như thế là vì nó mang lại gợi ý chiều sâu. Chẳng hạn, phiên bản đầu mũi tên của Müller-Lyer nhắc chúng ta các góc bên ngoài hay bên trong của tòa nhà (Hình 2.18). Và phiên bản quả tạ tác động vì sự chồng – các vòng rõ ràng dài hơn có thể che phủ hai đầu tạ (Hình 2.19).



Hình 2.18 Ảo giác Müller-Lyer trong phiên bản đời thực (ảnh chụp) (Nguồn: Gregory, 1968)

Lập luận của Gregory phát xuất từ lý thuyết nhận thức chi tiết hơn, chúng ta sẽ khảo sát trong chương này và những gì trên cơ sở thật vững chắc cho rằng phần lớn nhận thức của chúng ta bao gồm trắc nghiệm giả thuyết, hay suy luận về một bộ phận trong não. Não sử dụng gợi ý nhận thức chẳng hạn như gợi ý chiều sâu hay gợi ý trên cơ sở hình ảnh để phát triển giả thuyết về điều gì có thể diễn ra ở đó, đôi lúc những giả thiết này sai lầm. Nhưng một số nhà tâm lý học bất đồng với quan niệm cho rằng nhận thức tác động bởi suy luận hay trắc nghiệm giả thiết, và một trong số những người có ảnh hưởng nhiều nhất là J.J. Gibson.

Hình 2.19 Phiên bản quả tạ ảo giác Müller-Lyer



LÝ THUYẾT NHẬN THỨC CỦA GIBSON

Như Marr, Gibson (1950) quan tâm đến nhận thức trong đời sống hàng ngày hơn là nhận thức các giản đồ trong phòng thí nghiệm hay kích thích bên ngoài bối cảnh khác. Ông lập luận rằng nhận thức là một quá trình chủ động, trực tiếp, không bao gồm việc tìm hiểu vấn đề vô nghĩa mà phải xét trong bối cảnh. Ông qui lý thuyết nhận thức truyền thống là lý thuyết "không khí" vì chúng tìm hiểu nhận thức vật thể như thể chúng diễn ra lơ lửng trong không khí không có cơ sở. Trong đời sống thực, ông cho rằng vật thể không diễn ra như thế. Phải luôn xét đến vật thể trong một bối cảnh với nền tảng và đây là đặc điểm quyết định mà bộ não sử dụng trong phân tích nhận thức. Để nhấn mạnh điều này, Gibson ám chỉ lý thuyết của mình là lý thuyết "nền tảng".

Mô hình nhận thức sinh thái

Lý thuyết của Gibson cũng được gọi là mô hình **sinh thái,** vì ông nghĩ điều hoàn toàn không thực tế khi tách nhận thức khỏi chuyển động và bối cảnh. Ông cho rằng nhận thức có một chức năng dứt khoát đối với một cơ thể sống, phát triển để giúp cơ thể sống ấy trong sự sống còn hàng ngày. Nói cách khác, nhận thức có cơ sở sinh thái – đề cập đến hoạt động và sự sống còn trong thế giới thực. Điều này có nghĩa chuyển động trong thế giới chứ không phải ở yên một chỗ. Khả năng di chuyển để xem xét sự vật từ một góc độ khác và để giải thích thông tin thị giác theo nghĩa chuyển động của riêng bạn là một khía cạnh nhận thức quan trọng: giúp cá nhân sống còn. Không cần phải suy luận, vì bạn đã tính đến sự chuyển động, sau đó mọi thông tin bạn cần để nhận thức chính xác hiện có trong mạng thị giác.

Gibson cho rằng toàn bộ mạng thị giác chứa đựng thông tin về **bề mặt:** chúng thể hiện gradient ánh sáng khác nhau và gradient bố cục khác nhau và chính những điều này hình thành bối cảnh nhận thức chính. Ông lập luận chúng ta nhận thức chúng trực tiếp chứ không phải bằng suy luận. Ngoài ra, vật thể, cũng như đặc điểm của mạng thị giác, cũng chứa đựng bề mặt, giúp chúng phân biệt được với phần nền. Phần phân biệt còn lại được cung cấp bằng việc giao nhau của các giới hạn. Chẳng hạn, một tòa nhà kế bên che giấu một số phần nền – giới hạn, bề mặt, sẽ giao với giới hạn và bề mặt của phần nền, vì thế sẽ khác biệt. Gradient bố cục cũng thay đổi khi di chuyển, cung cấp một tập hợp các gợi ý về môi trường luôn có mặt trong nhận thức đời sống thực (mặc dù không nhất thiết trong thí nghiệm nhận thức trên cơ sở phòng thí nghiệm!)

Nhận thức trực tiếp và tầm quan trọng của chuyển động

Gibson khăng khăng cho rằng lý thuyết của ông đề cập về **nhận thức trực tiếp:** ông không nghĩ đối với chúng ta có nhu cầu phải sử dụng hiểu biết trước đây để tìm hiểu ý nghĩa vật thể chúng ta đang nhìn. Ông xem trọng lý thuyết nhận thức với lập luận rằng nhận thức lệ thuộc vào hiểu biết có trước chẳng hạn như lý thuyết trắc nghiệm giả thuyết của Gregory, như là thích hợp duy nhất đối với các tình huống nhân tạo trong phòng thí nghiệm trong đó kích thích có sẵn rất hạn chế. Đúng ra vì kích thích hạn chế nên những người trong tình huống ấy phải sử dụng cách phỏng đoán hay thông tin trước đây để phát triển điều họ đang xem xét. Nhưng trong đời sống hàng ngày, Gibson lập luận đối với chúng ta luôn có nhiều thông tin có sẵn, chúng ta luôn bổ sung thông tin này vì luôn di chuyển trong thế giới. Hệ thần kinh điều chỉnh thông tin này hoàn hảo, tự động chúng ta nhận biết khả năng và ngụ ý trong thay đổi liên quan ở mạng thị giác. Đây là một quá trình trực tiếp không cần đầu vào nhận thức.

Gibson không tin rằng nhận thức có thể xem xét biệt lập. Ông cho rằng hệ thống nhận thức không những bao gồm mắt và thiết bị quang học mà còn bao gồm phần đầu và thân mình. Cử động và hành động cũng là yếu tố cơ bản, không thể tách rời với chính nhận thức. Chẳng hạn, nếu bạn quan sát một điều gì đó có vẻ lạ ở một tòa nhà, tự động bạn ngẩng đầu lên, nhìn tòa nhà ở một góc độ khác. Điều này giải thích rõ ràng bạn đang nhìn cái gì và có thể đưa ra mọi sự khác biệt giữa việc liệu mình có hiểu điều nhìn thấy hay không. Một số vấn đề có thể là ảo giác nhầm lẫn trong bức ảnh tĩnh tại thậm chí không được lưu ý trong đời sống hàng ngày, đúng là vì chuyển động.

Năm 1979, Gibson gạn lọc quan điểm của mình về tầm quan trọng của chuyển động. Ông cho rằng chuyển động quan trọng đối với nhận thức đến mức không có chuyển động, thì không thể có nhận thức thật sự. Nếu chính người nhận thức đang chuyển động thì sẽ có dòng chảy và sự thay đổi trong toàn bộ mạng thị giác, nếu chuyển động liên quan đến "sự kiện"

Bảng 2.1 Qui luật dòng chảy trong mạng thị giác

Thay đổi trong dòng chảy của mạng thị giác cung cấp thông tin quan trọng về loại chuyển động đang diễn ra. Gibson tóm tắt thành bốn "qui luật" cơ bản:

1. Nếu có dòng chảy trong mạng thị giác có nghĩa là người nhận thức đang di chuyển. Nếu không có dòng chảy như thế, người nhận thức đang đứng yên.
2. Dòng chảy trong mạng thị giác có thể xuất phát từ một điểm cụ thể hay di chuyển đến một điểm cụ thể. Tiêu điểm hay tâm điểm của sự di chuyển ấy biểu thị hướng di chuyển của người nhận thức.
3. Nếu dòng chảy trong mạng thị giác có vẻ xuất phát từ một điểm cụ thể ("chảy ra"), có nghĩa người nhận thức đang di chuyển về điểm ấy, nhưng nếu dòng chảy có vẻ di chuyển hướng vào trong một điểm ("chảy vào") thì người nhận thức đang di chuyển khỏi điểm ấy.
4. Nếu tâm điểm của dòng chảy ở cùng một chỗ có nghĩa người nhận thức đang tiếp tục di chuyển cùng một hướng, nếu tâm điểm của dòng chảy thay đổi, sao cho có vẻ xuất phát từ một chỗ khác có nghĩa người nhận thức đã trở lại hay thay đổi hướng đi.

Nguồn: Gibson, 1979

hay chuyển động của vật thể thì sẽ có sự thay đổi hệ thống ở giới hạn và bố cục của mạng thị giác khi bề mặt nhất thời bị các bề mặt khác bao phủ. Thật dễ cho rằng liệu đây có phải là vật thể hay người nhận thức đang chuyển động hay không đơn giản bởi lượng mạng thị giác đang thay đổi (Xem Bảng 2.1).

Khả năng cung cấp

Chúng ta liên kết với những gì mình nhận thức bởi hoạt động của riêng mình. Vì chúng ta là những sinh vật hoạt động, di chuyển trong thế giới, chúng ta cũng nghĩ đến cách những gì xung quanh cung cấp khả năng hành động cho chúng ta. Gibson lập luận rằng đây là một phần quan trọng trong cách chúng ta nhận thức vật thể. Chẳng hạn một thân cây bị cưa không chỉ được nhận thức như một mặt phẳng mà còn cung cấp khả năng có thể ngồi được hay để đồ vật nào đó lên trên hay để nhảy qua nếu bạn muốn trở thành một người năng động đặc biệt. Ông gọi những khả năng có thể hành động này là **khả năng cung cấp**, và xem chúng không thể tách rời với quá trình nhận thức. Chúng ta – và các động vật khác – xem thế giới theo nghĩa khả năng có thể hoạt động cung cấp cho chúng ta. Nhưng điều này không phải là một quá trình nhận thức: đây là một phần trong chính sự nhận thức, kết hợp khả năng cung cấp khá tự động. Đối với Gibson, bản thân vật thể "phản ứng" với khả năng có thể hành động, và nhận thức trực tiếp kết hợp những khả năng ấy cũng như thông tin thực tế về vật thể.

Gibson cho rằng nhận thức là sống còn, và sống còn có nghĩa là hoạt động. Ông lập luận không thực tế khi cố gắng nghiên cứu quá trình nhận thức riêng biệt, hay cố gắng hình thành các mô hình nhận thức chỉ từ phân tích hình ảnh trên võng mạc. Trong khía cạnh ấy, nhiều nhà tâm lý học nhận thức hiện đại đã đồng ý với ông, và lý thuyết của ông trở thành lý thuyết nhận thức thuyết phục nhất trong những năm gần đây. Tuy nhiên, quan điểm của ông cho rằng nhận thức bao gồm việc nắm bắt trực tiếp "khả năng cung cấp" của mỗi vật thể – một sự nắm bắt đạt được trực tiếp và không tập quen – dẫn đến khá nhiều tranh luận, và không phải là tất cả những người đồng ý lý thuyết của ông cũng đều chấp nhận phần này mà không thận trọng.

Tuy nhiên, Gibson đã đưa ra điểm chính khi cho rằng nếu chúng ta phải tìm hiểu nhận thức trong đời sống thực thì phải xét đến sự tương tác giữa cá thể và môi trường – nhận thức ở điểm gì. Lý thuyết của ông cũng được Neisser (1976) chọn làm xuất phát điểm mặc dù Neisser nghiên cứu sự đóng góp của cá nhân người nhận thức đối với quá trình nhận thức cũng mang ý nghĩa quan trọng. Chúng ta sẽ khảo sát mô hình của Neisser ở cuối chương này khi kết hợp một số khía cạnh nhận thức khác bao gồm nghiên cứu bối cảnh nhận thức và chú ý chọn lọc.

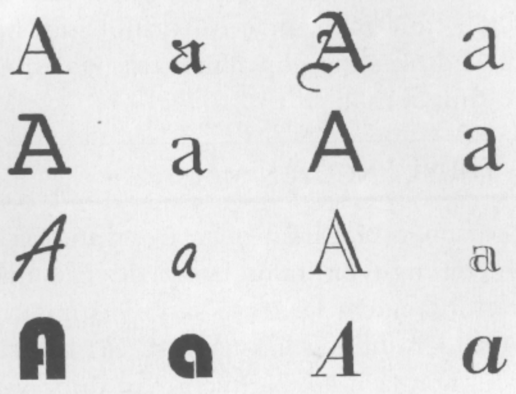
NHẬN BIẾT MẪU

Đây là vấn đề nhận dạng hình dáng đơn giản nhưng hoàn toàn khác với việc nhận dạng mẫu và tính tương đồng. Chẳng hạn, hãy nghĩ bạn làm gì khi đọc sách. Bạn nhận biết gần như ngay lập tức các mẫu được hình thành bằng từ ngữ cụ thể, đôi khi cả tập hợp các từ. Nếu bạn không làm như thế thì không thể đọc trôi chảy. Chúng ta nhận biết mẫu thuộc mọi loại trong các khía cạnh khác trong đời sống. Thực ra, một số nhà nghiên cứu xem nhận biết mẫu như việc hình thành cơ sở nhận thức cố kết. Đương nhiên điều này dẫn đến nhiều lý thuyết về cách nhận biết mẫu.

TIẾP CẬN PHÙ HỢP MẪU

Một giải thích chung đối với nhận biết mẫu còn gọi là **lý thuyết phù hợp mẫu.** Tiếp cận này cho rằng chúng ta nhập tâm“các mẫu” lưu trữ trong bộ nhớ đối với một mẫu hay hình dạng bất kỳ. Khi chúng ta nhìn mẫu, chúng ta sẽ làm cho mẫu này phù hợp với những mẫu lưu trữ, chọn ra mẫu nào giống nhiều nhất như dấu chỉ báo mẫu đang tượng trưng cho điều gì hay mẫu là gì. Kinh nghiệm cho chúng ta cả một thư viện mẫu phong phú, vì thế chúng ta học cách nhận biết nhiều mẫu hơn khi trở thành những người nhận thức tinh vi hơn.

Hình 2.20 Chữ viết và nét vẽ



Khuyết điểm chính của giải thích này là loại hệ thống này tỏ ra không linh động: không thể giải thích làm cách nào chúng ta vẫn còn nhận biết đặc điểm hay hình dạng khác biệt với mẫu (Hình 2.20) nhưng khi chúng ta đọc chữ viết tay, điều này thường diễn ra. Chúng ta phải lưu trữ một số lượng mẫu vô hạn để giải thích tất cả những biến dạng có thể của cùng một mẫu. Mức độ chúng ta đọc thường khoảng 200 từ mỗi phút và điều này cho thấy sự nghiên cứu như thế thông qua mọi khả năng có thể đều không diễn ra. Nếu có, cũng thật khó đối với chúng ta khi đọc ở một tốc độ hợp lý bất kỳ.

TIẾP CẬN ĐẶC ĐIỂM PHÂN BIỆT

Giải thích khác trong việc nhận biết mẫu là tiếp cận **đặc điểm phân biệt,** đôi khi gọi là tiếp cận dò tìm đặc điểm, bao gồm quan niệm cho rằng chúng ta tìm kiếm đặc điểm tới hạn, đặc biệt luôn xảy ra trong đặc điểm đích cho dù một vài đặc điểm khác thay đổi. Trong trường hợp này, toàn bộ hình thức của mẫu không quan trọng như thế. Thay vào đó, chính đặc điểm phân biệt mới là vấn đề, vì nhận biết mẫu hoàn toàn dựa trên đặc điểm này. Chẳng hạn, chúng ta tìm dấu gạch ngang trên chữ t viết tay để nhận dạng chữ, và không để ý những khía cạnh khác trong kích thích thị giác được trình bày. Tiếp cận dò tìm đặc điểm hình thành cơ sở cho nhiều nghiên cứu về nhận thức mẫu, mặc dù ở một giới hạn nhất định cũng gặp nhiều trở ngại trong lý thuyết mẫu.

THUYẾT NGUYÊN MẪU

Loại nhận biết mẫu quan trọng thứ ba là thuyết **nguyên mẫu** trong đó các mẫu vẫn được xem là để so sánh với miêu tả tâm thần, nhưng lần này với các nguyên mẫu hơn là mẫu. Nguyên mẫu được xem linh động hơn mẫu, chúng hình thành những mẫu lý tưởng hóa, trừu tượng mà chúng ta dùng để so sánh với một kích thích bất kỳ – không tìm kiếm sự phù hợp chính xác mà chỉ chấp nhận một điều gì đó có vẻ giống với nguyên mẫu. Chúng ta khảo sát quan niệm này chi tiết hơn trong chương viết về trình bày, khi nghiên cứu hình thành khái niệm, và chúng ta nhận thấy đôi khi cung cấp một mô hình hữu ích để giải thích nhận biết chữ và hình dạng đơn giản.

MÔ HÌNH TỪ DƯỚI LÊN

Một trong những lý thuyết qui mô rộng được đề xuất để giải thích nhận biết mẫu và cũng là một số khía cạnh nhận thức khác, là mô hình từ dưới lên, do Selfridge phát triển lần đầu tiên năm 1959, đây là mô hình theo hệ thống thứ bậc trên cơ sở

Khung 2.1 Đơn vị TOTE

Mô hình nhận thức từ dưới lên dựa trên khái niệm về đơn vị TOTE, do Miller và người khác đề xuất như một đơn vị hành vi cơ bản vào năm 1960, như một cách thay thế liên kết kích thích phản ứng máy móc của Watson (1913). TOTE thay thế cho 4 giai đoạn Kết thúc trắc nghiệm Tiến hành trắc nghiệm được tóm tắt như sau: (1) Trắc nghiệm T sự thích hợp giữa một tình huống mong muốn và một tình huống có thực, (2) bắt đầu một số loại Tiến hành O nhằm mục đích đưa tình huống gần giống với tình huống mong muốn, (3) Trắc nghiệm T sự thích hợp lần nữa, và (4) nếu sự thích hợp có thể chấp nhận thì Kết thúc E từ chuỗi hành động cụ thể ấy. Nếu sự thích hợp giữa những gì hiện có và những gì mong muốn ở mức không thể chấp nhận được, thì các giai đoạn tiến hành và trắc nghiệm sẽ lặp lại càng nhiều lần càng tốt.

Hãy hình dung một ví dụ đơn giản: đưa tay với lấy một ly nước. Đầu tiên, bạn trắc nghiệm tình huống bằng cách xem tay bạn ở đâu, ly nước ở đâu, liệu chúng có cùng nằm một chỗ hay không. Sau đó bạn tiến hành thay đổi tình huống, bằng cách duỗi cơ bắp ở tay để với đến gần ly nước. Bạn lại trắc nghiệm thêm lần nữa và thực hiện hành động khác nếu tay vẫn chưa với đến ly nước. Sau cùng, khi tay bạn chụp được ly nước bạn sẽ chấm dứt chuỗi hành động ấy và có lẽ bắt đầu phải làm bằng một đơn vị TOTE hoàn toàn mới, nhấc ly nước lên, đưa ly nước lên miệng.

Miller *và người khác* cho rằng chu kỳ hành vi này là cách trình bày hành vi có ý nghĩa hơn liên kết kích thích – phản ứng đơn giản, vì nó mang tính tự sửa sai, và thích hợp với những loại hành vi phức tạp mà con người và động vật "cấp cao" biểu hiện. Vì các đơn vị TOTE nhỏ hơn có trong giai đoạn tiến hành chu kỳ, nên họ lập luận rằng mô hình này có thể sử dụng để phân tích những hình thức hành vi phức tạp hơn, vốn khó xử lý đơn thuần dưới dạng kích thích và phản ứng.

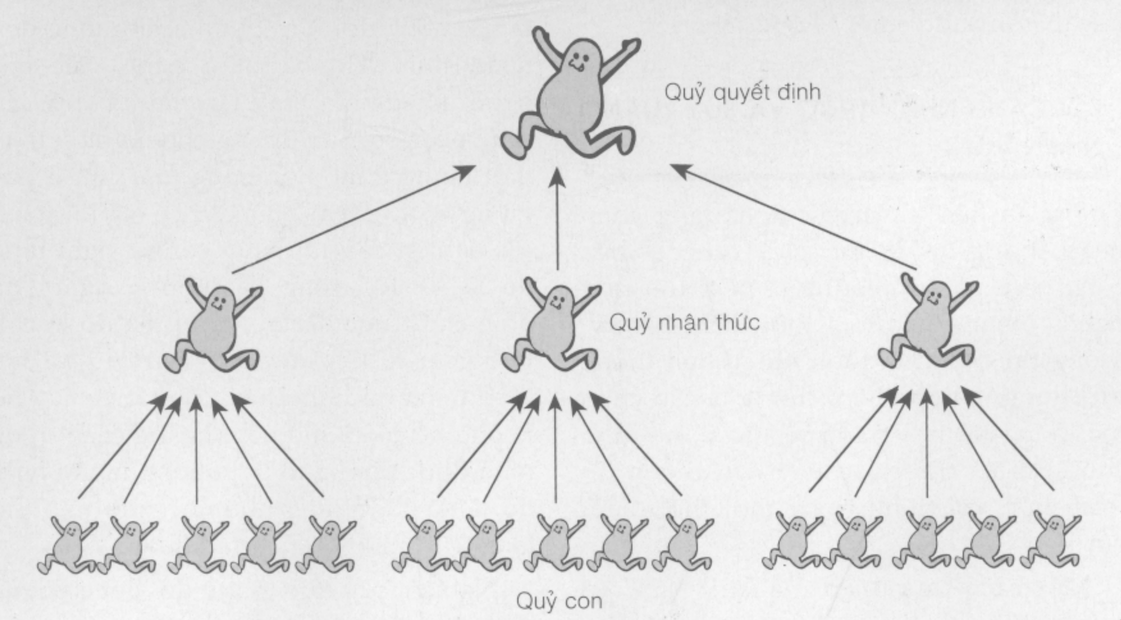
dò tìm đặc điểm nhưng cũng bao gồm một số yếu tố trong lý thuyết nguyên mẫu. Dựa trên đơn vị TOTE (xem Khung 2.1). Mô hình từ dưới lên đặc biệt áp dụng cho vấn đề nhận dạng chữ số, như chúng ta đã biết, cách nhận thức cùng một chữ rất khác nhau.

Lý thuyết cho rằng ngay cấp dưới cùng trong thứ bậc là tầng **quỷ con**, mỗi tầng phản ứng với một hình ảnh hay một chuỗi dữ liệu nhận cảm nhận đặc biệt. Trong trường hợp nhận biết một chữ, điều này có thể giống như một đoạn thẳng trong một góc cụ thể hay một loại đường cong đặc biệt. Khi một quỷ con cụ thể được kích thích, chúng sẽ "thét lên" hay nhỏ tiếng hơn (không chắc quỷ la thét khẽ tiếng!). Nếu kích thích này giống nhiều với đặc điểm cụ thể của quỷ con thì quỷ con sẽ thét rất lớn tiếng, nhưng nếu kích thích chỉ gần giống thì quỷ con sẽ thét (tương đối) nhỏ tiếng hơn.

Tầng thứ hai tính từ dưới cùng trong hệ thống thứ bậc bao gồm các đơn vị nhận thức đảm nhiệm nhiệm vụ cụ thể chẳng hạn như nhận biết một chữ cụ thể. Những đơn vị này được gọi là **quỷ nhận thức.** Mỗi quỷ nhạy cảm với tiếng thét của tập hợp quỷ con liên quan. Nếu quỷ con thét lớn thì tập hợp quỷ nhận thức ấy cũng thét lớn theo, quỷ con càng thét nhiều hơn và càng thét lớn hơn thì quỷ cũng thế. Vì những đặc điểm tương tự có thể xuất hiện trong nhiều chữ, chắc chắn có nhiều quỷ nhận thức hơn sẽ thích thú trước một chữ kích thích, nhưng chỉ có những quỷ nhận thức ấy mới phản ứng với những chữ tương tự bằng cách thét lên. Những phản ứng ấy đối với chữ có thể rất khác nhau không tiếp nhận bất kỳ hay đủ các tín hiệu từ quỷ con (Hình 2.21).

Thử thách chuyển về phía trên trong hệ thống thứ bậc, đến **quỷ quyết định.** Quỷ này có nhiệm vụ quyết định mọi quỷ nhận thức kêu thét khác nhau, và chọn quỷ nào có vẻ thích hợp nhất. Quỷ nhận thức kêu thét lớn nhất sẽ là quỷ có đặc điểm thích hợp với kích thích nhiều nhất. Do đó quỷ này rất có thể được quỷ quyết định chọn nhiều nhất. Tuy nhiên, nếu có một số lý do giải thích điều ấy không thích hợp thì quỷ quyết định sẽ lắng nghe

Hình 2.21 Mô hình từ dưới lên



những quỷ kêu thét khác và cố chọn quỷ nào có tiếng kêu thét lớn nhất kế tiếp. Bạn hình dung rằng, tất cả tạo tiếng kêu thét làm cho sự việc trở nên ầm ĩ – do đó dùng tên này để đặt cho lý thuyết!

Lý thuyết từ dưới lên đưa ra lời giải thích có thể về hệ thống đặc điểm – nhận thức bao hàm giải thích như thế nào sự nhận thức của chúng ta đối với các mẫu phức tạp như từ ngữ. Cùng một cách, lý thuyết của Marr chỉ cho chúng ta về cách chúng ta nhận thức vật thể, và lý thuyết của Gibson giải thích về cách nhận thức trong thế giới thực thì mô hình từ dưới lên góp phần tìm hiểu nhận thức ký hiệu phức tạp.

Mặc dù có những khía cạnh khác trong nhận thức, lý thuyết của Marr, Gibson và Selfridge là tất cả những gì chúng ta gọi là **lý thuyết từ dưới lên** về nhận thức. Nói cách khác, chúng giải thích nhận thức bằng cách bắt đầu bằng kích thích thị giác và tác dụng của nó lên tế bào thần kinh trong hệ thị giác, và hợp lại với nhau thành một. Nhưng đôi khi chúng ta không nhận thức điều mà kích thích cụ thể ngụ ý. Quá trình nhận thức ở con người có thể do nhiều sự việc tác động, kể cả yếu tố cá nhân và trạng thái cảm xúc. Nhận thức cũng không ngoại lệ.

BỐI CẢNH NHẬN THỨC VÀ SUY LUẬN NHẬN THỨC

Chúng ta liên tục trong tình trạng chìm ngập thông tin từ thế giới xung quanh, bằng cách nào đó chúng ta phải tìm ra ý nghĩa. Nhưng vào một thời điểm bất kỳ, thông tin quanh ta luôn nhiều hơn thông tin chúng ta tiếp nhận: chúng ta cần chọn lọc thông tin nào mình sẽ lưu ý, như thế chúng ta có thể chỉ chú ý đến thông tin thích hợp với mình trong một thời điểm bất kỳ.

Một cách thực hiện điều này là "tập trung" nhận thức sao cho có thể sẵn sàng nhận thức những sự việc này hơn là sự việc khác. Quá trình nhận thức có thể đặt vào một loại trạng thái sẵn sàng, mà các nhà tâm lý học gọi là **bối cảnh.** Từ "bối cảnh" trong nội dung này được sử dụng tương tự như lúc đầu cuộc đua, trong đó người ta ra lệnh cho vận động viên "sẵn sàng, chuẩn bị, chạy!": có nghĩa là phải sẵn sàng và dự đoán điều gì đang diễn ra sao cho hành động càng có hiệu quả càng tốt. Trí nhớ, ra quyết định, lập luận và tập quen tất cả đều chịu ảnh hưởng của bối cảnh, cũng như nhận thức.

BỐI CẢNH NHẬN THỨC

Trong thập niên 1950, Jerome Bruner cùng đồng nghiệp tiến hành nhiều cuộc điều nghiên chuyên sâu **bối cảnh nhận thức.** Khám phá của họ đánh dấu bước khởi đầu những gì sau này được biết như cách mạng nhận thức. Họ và các nhà tâm lý học khác theo đuổi công trình này nhận thấy nhận thức có thể bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố khác nhau, thay đổi từ mong đợi đơn giản sang trạng thái thúc đẩy, thái độ cá nhân và thậm chí giá trị văn hóa.

Mong đợi

Năm 1955, Bruner và Minturn chứng minh mong đợi hợp lý đã ảnh hưởng đến nhận thức. Họ bắt đầu bằng việc cho người khác nhìn thấy lần này là chữ, lần sau là con số. Sau đó, họ cho họ nhìn thấy một hình vẽ mơ hồ, giống như chữ B hay giống số 13 (xem Hình 2.22). Người tham gia nghiên cứu khi nhìn con số nghĩ rằng đó là số 13, trong khi những người đã nhìn chữ trước đó lại nghĩ rằng đó là chữ B. Ngoài ra khi họ được yêu cầu tái tạo điều mình đã nhìn thấy, thì nét vẽ của họ không hề có sự mơ hồ: khoảng cách trong hình được phóng to bởi những người nghĩ đó là số 13, nhưng những người nghĩ đó là chữ B thì không chứa khoảng cách.

Nghiên cứu tương tự do Bugelski và Alampay tiến hành năm 1961, trong đó người tham gia nghiên cứu cho nhìn thấy một loạt hình vẽ động vật hay một tập hợp hình ảnh không liên quan – đồ gỗ gia dụng, xe cộ, v.v... Khi họ nhìn thấy một hình vẽ "người chuột" mơ hồ (Hình 2.23), thì rất có thể người ta xem hình vẽ là chuột hơn là người nếu trước đó họ được cho xem hình vẽ động vật. Nhìn những hình vẽ ấy hình thành mong đợi về những gì tiếp diễn theo sau suy nghĩ sự việc mang tính tương tự nhiều hơn, và mong đợi hướng dẫn cách họ nhận thức kích thích.

Động cơ thúc đẩy

Sandford (1936) tước thức ăn ở những người tham gia nghiên cứu với thời gian khác nhau lên đến 4 tiếng, sau đó đưa họ xem những bức vẽ mơ hồ. Sandford nhận thấy người tham gia bị tước thức ăn càng lâu, thì họ càng có khả năng giải thích hình vẽ như một vấn đề gì đó phải làm với thức ăn. Nghiên cứu tương tự của Gilchrist và Nesberg (1952) yêu cầu đánh giá hình ảnh về độ sáng, nhận thấy thời gian bị tước thức ăn càng dài thì họ đánh giá hình ảnh thức ăn có màu sáng hơn, mặc dù đánh giá của những người tham gia nghiên cứu về các bức vẽ khác không biểu hiện sự thay đổi. Những nghiên cứu này và nghiên cứu khác cùng loại ngụ ý rằng trạng thái động cơ thúc đẩy bên trong trong trường hợp đói bụng này có thể trực tiếp ảnh hưởng đến nhận thức.

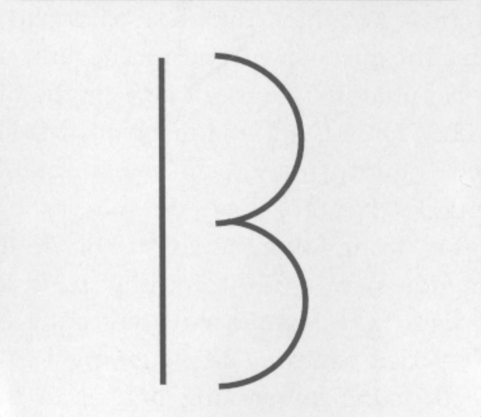
Cảm xúc

Nghiên cứu khác chứng minh ảnh hưởng của cảm xúc đối với nhận thức. Solley và Haigh (1958) mô tả cách trẻ em vẽ hình ông già Noel trong tháng trước Giáng sinh và tháng sau đó. Miêu tả của trẻ trở nên lớn hơn và bao gồm nhiều quà hơn khi Giáng sinh càng đến gần, nhưng sau đó, hình vẽ càng thu nhỏ, ít chi tiết hơn. Nghiên cứu này ngụ ý rằng trạng thái cảm xúc phức tạp chẳng hạn như dự đoán và hồi hộp có thể cũng ảnh hưởng đến quá trình nhận thức.

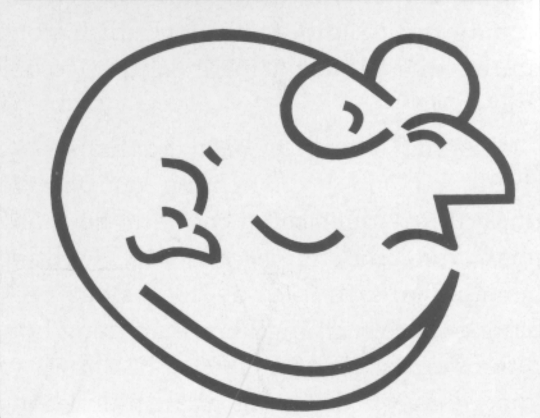
Năm 1951, Lazarus và McCleary tiến hành nghiên cứu bao gồm đưa dòng điện điện thế nhỏ vào con người khi họ nhìn thấy một âm tiết rõ ràng vô nghĩa.

Dĩ nhiên, điều này tạo ra một phản ứng tránh né khi gặp âm tiết ấy, thể hiện trong cách đánh giá phản ứng kích thích điện ở da (chúng ta khảo sát chi tiết hơn trong chương viết về cảm xúc). Nhưng Lazarus và McCleary chứng minh rằng phản ứng này cũng xảy ra khi những âm tiết vô nghĩa ấy được trình bày theo tiềm thức – mờ nhạt đến mức những người tham gia nghiên cứu thậm chí không nhận biết mình đã nhìn thấy chúng. Ngụ ý là hệ thống nhận thức có thể chịu ảnh hưởng bởi việc tập quen từ kinh nghiệm trước đây, cho dù không có sự tham dự của suy nghĩ nhận thức.

Hình 2.22 Hình vẽ khó hiểu của Bruner



Hình 2.23 Người - chuột



Thái độ

Allport (1954) mô tả nghiên cứu chứng minh thành kiến ảnh hưởng đến nhận thức ra sao. Người thí nghiệm sử dụng một kính nhìn nổi, là công cụ để trình bày một bức tranh riêng biệt cho mỗi mắt cùng lúc. Họ cho những người tham gia nghiên cứu nhìn thấy nhiều cặp chủng tộc phối hợp, mỗi mắt nhìn thấy một thành viên trong mỗi cặp. Nói chung, người tham gia nghiên cứu tỏ ra dứt khoát nhất khi họ chọn thành viên thuộc chủng tộc giống mình và tỏ ra không chắc chắn hơn khi phân loại người thuộc các nhóm thiểu số khác. Nhưng người Nam Phi, nổi tiếng với thành kiến phân biệt chủng tộc, tỏ ra phân biệt sắc sảo hơn giữa các chủng tộc. Họ nhận thức các nhóm chủng tộc theo cách rất khắt khe, để ý những yếu tố phụ và không chắc chắn trong phân loại con người. Allport giải thích điều này để chứng minh quan điểm phân biệt chủng tộc ở con người ảnh hưởng đến nhận thức của mình.

Giá trị và bảo vệ nhận thức

Năm 1948, Postman, Bruner và McGinnies chứng minh rằng những từ kiêng kỵ về tình dục hay lĩnh vực khác có **ngưỡng nhận thức** cao hơn những từ thông thường. Khi cho người tham gia nghiên cứu nhìn thấy những từ này thật nhanh, họ phải mất thêm vài micro giây để nhận biết từ kiêng kỵ so với từ trung tính. Các nhà nghiên cứu sử dụng một công cụ gọi là **máy thử trí nhớ**, tạo ra kích thích trong những thời gian thật ngắn nhưng có thể tính được.

Postman *và người khác* lập luận rằng chứng cứ của họ là chứng cứ **bảo vệ nhận thức** – quan niệm cho rằng hệ thống nhận thức của chúng ta cố bảo vệ chúng ta chống lại kích thích đe dọa hay gây rối, bằng cách làm chúng khó nhận dạng hơn. Bitterman và Kniffin (1953) nhận thấy sự khác nhau và thời gian nhận thức không còn nữa nếu cho phép người ta viết câu trả lời của mình ra giấy thay vì phát biểu bằng lời. Họ lập luận từ điều này rằng ngưỡng nhận thức cao hơn thực sự không phải là bảo vệ nhận thức mà đơn thuần chỉ là **xu hướng phản ứng.** Người tham gia nghiên cứu tỏ ra miễn cưỡng khi đọc những từ thô lỗ lớn tiếng.

Tranh luận tiếp tục cho đến khi nghiên cứu của Worthington (1969) chứng minh rằng bảo vệ nhận thức có vẻ là một hiện tượng có thật. Người tham gia nghiên cứu này không yêu cầu phải phát biểu một từ bất kỳ, thay vào đó, từ được trình bày dưới dạng tiềm thức – mờ nhạt đến mức người tham gia nghiên cứu hoàn toàn không nhận biết gì về chúng. Họ chăm chú nhìn vào tâm điểm sáng chiếu lên màn hình. Các điểm trình bày thành đôi, tất cả những người tham gia nghiên cứu phải làm là cho biết điểm nào sáng hay mờ hơn hay liệu chúng có giống nhau hay không. Worthington nhận thấy các điểm có từ kiêng kỵ được đánh giá có hệ thống là mờ hơn những điểm ở từ mang nghĩa trung tính, cho dù người tham gia nghiên cứu không nhận thức một từ bất kỳ nói chung.

Carpenter, Wiener và Carpenter (1956) yêu cầu người tham gia hoàn tất các câu về chủ đề nhạy cảm, chẳng hạn như suy nghĩ về tính không phù hợp, thái độ thù địch hay tình dục. Từ điều này, những người tham gia nghiên cứu được phân loại hoặc là "nhạy cảm" hay "đau khổ do tình cảm dồn nén" trong những lĩnh vực ấy. Họ nhận thấy người tham gia thể hiện sự khác nhau trong phản ứng đối với kích thích: người "nhạy cảm" nhận biết từ kiêng kỵ hay rối loạn dễ hơn từ bình thường, trong khi người "đau khổ do tình cảm dồn nén" nhận thức những từ như thế kém hơn. Nghiên cứu này cũng cho thấy ý kiến bất đồng cá nhân về giá trị và thái độ cũng ảnh hưởng đến nhận thức rất nhiều.

VĂN HÓA VÀ NHẬN THỨC

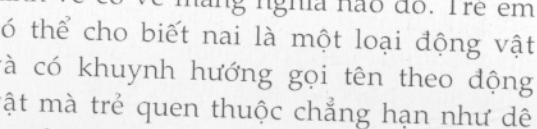
Năm 1966, Mundy-Castle nghiên cứu trẻ em Ghana truyền thống giải thích nét vẽ ra sao. Cho trẻ nhìn thấy một loạt phác họa, mỗi phác họa chỉ sử dụng số lượng gợi ý chiều sâu hạn chế: độ cao trong mặt phẳng, sự chồng và kích thước tương đối (Hình 2.24). Mỗi hình vẽ thể hiện một người đàn ông và một con nai ở phần cận cảnh, một con voi ở phần nền, và các bức vẽ bao gồm những kết hợp khác nhau của những gợi ý này. Mundy-Castle nhận thấy giải thích bức vẽ của trẻ Ghana khác nhau đáng kể so với giải thích của trẻ châu Âu ở cùng độ tuổi (từ 5-10).

Mundy-Castle mô tả sự khác nhau này là "sai sót" trong việc giải thích hình vẽ, nhưng cũng đáng lưu ý khi nói chung có cùng một loại. Nhất là, trẻ em thường không hiểu những gợi ý mà một người phương Tây xem đó là biểu thị chiều sâu, chẳng hạn như những đường vẽ phối cảnh mục đích biểu thị một con đường đang vươn xa. Một số khía cạnh trong hình vẽ có vẻ mang nghĩa nào đó. Trẻ em có thể cho biết nai là một loại động vật và có khuynh hướng gọi tên theo động vật mà trẻ quen thuộc chẳng hạn như dê hay lạc đà.

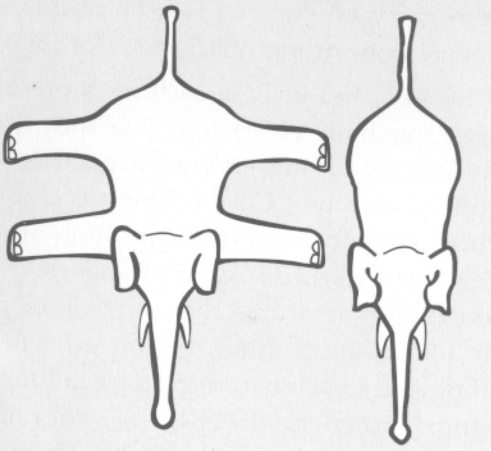
Phối cảnh như một tạo tác văn hóa

Deregowski (1972) lập luận rằng hình vẽ trên cơ sở phối cảnh là một kỹ năng văn hóa cụ thể, được tập quen hơn là tự động. Thực ra, ông cho rằng con người từ nhiều nền văn hóa khắp thế giới có vẻ thích hình vẽ không có phối cảnh, nhưng thay vào đó tách ra để thể hiện cả hai mặt của một vật thể cùng lúc. Trong một nghiên cứu, trẻ em và người lớn từ những nền tảng châu Phi truyền thống được cho xem hai tranh vẽ một con voi: một tranh vẽ có thể nhìn thấy con voi từ trên xuống, tranh vẽ kia cũng góc nhìn tương tự nhưng bốn chân voi có vẽ không giống thực tế. Người tham gia nghiên cứu thích tranh vẽ tách ra hơn, cho dù theo người phương Tây điều này hoàn toàn không thực tế (Hình 2.25).

Hình 2.24 Nhận biết chiều sâu trong hình vẽ



Hình 2.25 Phối cảnh một con voi



Deregowski cho rằng cách trình bày kiểu tách ra này rất phổ biến, thậm chí cũng được tìm thấy ở trẻ em châu Âu, trước khi người ta dạy trẻ không vẽ theo cách ấy. Một giải thích có thể mà Deregowski đưa ra là cách như thế chấp nhận mọi đặc điểm quan trọng của một vật thể muốn thể hiện. Sau đó hình vẽ phải là cách trình bày kinh nghiệm thực tế của một ai đó về vật thể hơn là một tranh vẽ phối cảnh tiêu chuẩn.

Ôn lại Gibson và Marr

Nếu xét đến những khía cạnh khác trong số chứng cứ này, chúng ta liên kết một số khía cạnh với lý thuyết nhận thức khảo sát ở đầu chương. Chẳng hạn thật đáng lưu ý khi hình vẽ không bao hàm gợi ý chiều sâu bố cục: như bao hàm trong nhiếp ảnh, người tham gia từ các nền văn hóa truyền thống không gặp trở ngại để hiểu chúng. Điều này có thể xem là sự ủng hộ quan điểm gợi ý bố cục của Gibson như là gợi ý quan trọng trong nhận thức đời thực.

Điểm lý thú khác là cách trẻ luôn nhận biết rằng hình vẽ có nghĩa là một động vật, cho dù chúng không quen thuộc với hình vẽ theo nét. Có thể hình vẽ như thế cũng gần giống như trình bày hình que cơ bản theo Marr đề xuất nhưng dễ hiểu hơn. Nếu Marr đúng, thì loại trình bày ấy lúc nào cũng dễ hiểu, vì gần gũi với hệ thống giải mã cơ bản mà chúng ta luôn sử dụng. Nhưng cho dù lý do đối với những chứng cứ này là gì đi nữa thì chúng ta cũng nhận thấy văn hóa có ảnh hưởng rất lớn đối với nhận thức.

LÝ THUYẾT NHẬN THỨC SUY LUẬN CỦA GREGORY

Năm 1973, Gregory lập luận rằng nhận thức không gì khác hơn là việc giải mã thông tin do hệ thị giác tiếp nhận. Thay vì, đây là quá trình suy luận về dữ liệu – phát triển phỏng đoán hợp lý trên cơ sở những gì có thể hay chắc chắn xảy ra nhất. Như chúng ta chứng kiến, Gibson không đồng ý với quan điểm này, nhưng nghiên cứu về bối cảnh nhận thức, ảnh hưởng văn hóa và tương tự ngụ ý rằng đôi khi, các quá trình tâm thần cao hơn đã ảnh hưởng đến nhận thức.

Lý thuyết từ trên xuống về nhận thức của Gregory, theo nghĩa ông xem kiến thức và kinh nghiệm trước đây vô cùng quan trọng trong việc tìm ý nghĩa của những gì chúng ta nhìn thấy. Ông cho rằng giả thuyết nhận thức là giải thích "có thể nhất" đối với kích thích chúng ta tiếp nhận. Đối với hầu hết, chúng tỏ ra chính xác, vì thế không cần tìm kiếm một giải thích thay thế bất kỳ. Như các giả thuyết khoa học, giả thuyết nhận thức mang tính chất thăm dò và có thể dữ liệu không thừa nhận: chúng ta cũng nhận thức những sự việc không ngờ hay mới lạ.

Gregory nhận dạng nhiều sự giống nhau giữa giả thuyết khoa học và nhận thức. So sánh được cung cấp trong Bảng 2.2. chúng ta không phạm sai lầm về những gì mình đang tìm kiếm trong đời thường, vì chúng ta có một thông tin chi tiết rất phong phú nhưng giả thuyết nhận thức trên cơ sở thông tin hiện có vì thế nếu chỉ có thông tin hạn chế thì chắc chắn nhận thức phải đi đến sai lầm. Bảng 2.2 cũng so sánh giả thuyết không thích hợp trong nghiên cứu khoa học và trong nhận thức.

Tầm quan trọng của ảo giác

Bằng cách nghiên cứu các trường hợp trong đó việc nêu giả thuyết của hệ thống nhận thức là không thích hợp nên Gregory phải đi đến khảo sát **ảo giác.** Ông xem những ảo giác này cung cấp cho chúng ta gợi ý đáng giá về cơ chế nhận thức bình thường. Bằng việc tìm kiếm các loại sai sót ở bộ não trong điều kiện kích thích hạn chế, chúng ta có thể phát hiện thông tin quan trọng về cách bộ não điều hành hệ thống nhận thức. Nhưng không phải mọi ảo giác đều tỏ ra có ích trong khía cạnh ấy. Gregory phân biệt giữa ảo giác lệ thuộc vào cơ chế sinh lý và ảo giác phát sinh từ chiến lược nhận thức.

Ảo giác cơ chế

Ảo giác cơ chế xảy ra như một kết quả trực tiếp của đặc điểm hệ thị giác cụ thể. Chẳng hạn: kích thích cảm nhận liên tục tạo ra **dư ảnh tiêu cực**, trong đó cảm giác đối lập sau khi ngưng kích thích ban đầu. Vì thế khi nhìn một mảng màu đỏ trong thời gian dài sẽ tạo ra một dư ảnh màu xanh lục khi bạn nhìn nơi khác, và khi nhìn dư ảnh màu xanh trời sẽ tạo ra một dư ảnh màu vàng. Những màu sắc này đối lập nhau trong quang phổ màu và chúng cũng được hệ thị giác tạo ra do kết quả kích thích quá mức có những ngụ ý thú vị đối với sự hiểu biết của chúng ta về ảo ảnh thị giác, được khảo sát chi tiết trong Chương 12.

Bảng 2.2 Giả thuyết khoa học và nhận thức

Giả thuyết khoa học thích hợp có thể:	*Nhận thức thích hợp có thể:*
1. Cho phép tín hiệu sử dụng như dữ liệu	Xử lý tín hiệu nhận cảm như dữ liệu
2. Suy luận thực tế từ dữ liệu	Suy luận vật thể từ dữ liệu nhận cảm
3. Khái quát hóa từ dữ liệu đối với trường hợp rộng hơn	Khái quát hóa từ dữ liệu cho phép tập quen nhận thức
4. Cung cấp suy luận logic, suy diễn	Cho phép suy luận nhận thức
5. Giải quyết sự mơ hồ trong tập hợp dữ liệu	Sử dụng dữ liệu nhận cảm để giải quyết sự mơ hồ
6. Giải quyết sự nghịch lý hiển nhiên	Sử dụng dữ liệu nhận cảm để giải quyết nghịch lý
7. Tạo ra sự mới lạ, như khám phá hay phát minh	Tạo ra tính mới lạ thích hợp
Giả thuyết khoa học không thích hợp có thể:	*Nhận thức không thích hợp có thể:*
1. Bóp méo hay phớt lờ dữ liệu từ tín hiệu	Không xử lý tín hiệu nhận cảm như dữ liệu
2. Bóp méo hay phớt lờ thực tế từ dữ liệu	Không suy luận vật thể từ dữ liệu nhận cảm
3. Rút ra sự khái quát hóa sai lầm từ dữ liệu	Tạo ra khái quát hóa sai lầm
4. Tạo ra suy luận sai lầm	Tạo ra suy luận nhận thức sai lầm
5. Tạo ra sự mơ hồ không cần thiết	Không giải quyết sự mơ hồ
6. Tạo ra sự nghịch lý	Không giải quyết sự nghịch lý
7. Tạo ra tính mới lạ không thích hợp	Tạo ra tính mới lạ không thích hợp

Nguồn: Gregory, 1973

Dư ảnh tiêu cực cũng xảy ra với sự chuyển động. Nếu chúng ta nhìn một vật gì đó liên tục chuyển động theo một chiều thì chúng ta trải qua **hiệu ứng thác nước**, trong đó có vẻ như vật thể tĩnh đang di chuyển theo chiều ngược lại. Dĩ nhiên, bạn cũng gặp hiệu ứng này khi nhìn thác nước một hồi lâu, nhưng cũng gặp khi tàu hỏa ngừng ở nhà ga sau khi bạn nhìn ra cửa sổ một thời gian dài. Một sự chuyển động liên tục bất kỳ, miễn là chuyển động theo một chiều, tiến hành trong thời gian khá lâu, sẽ tạo hiệu ứng thác nước. Những ảo giác này không phải là bất kỳ vấn đề gì về giả thuyết hay suy luận mà thật ra chúng phát sinh từ cách cơ chế nhận cảm thích nghi với kích thích mà chúng tiếp nhận.

Tương tự, ảo giác nổi tiếng nhất, xảy ra như **hiệu ứng tự vận động**, xảy ra như một phản ứng phụ của cử động mắt bình thường. Hiệu ứng này xuất hiện khi chúng ta nhìn vào một điểm sáng trong một căn phòng hoàn toàn tối. Ánh sáng có vẻ di chuyển quanh và hiệu ứng được các nhà tâm lý học xã hội sử dụng nghiên cứu sự tuân thủ. Hiệu ứng tự vận động xảy ra vì mắt chúng ta liên tục tạo ra sự co giật, rung động, để giúp cho mắt không quen với kích thích mà chúng ta đang nhìn vì nếu quen, thì tế bào thần kinh sẽ không hoạt động và chúng ta không thể nhìn thấy gì hết trong một khoảng thời gian. Khi nhìn sự vật trong ánh sáng thông thường, chúng ta cũng không nhận biết những thay đổi nhỏ này, nhưng khi nhìn một điểm sáng trong phòng tối, chúng ta không có bối cảnh để đối chiếu và ánh sáng có vẻ co giật.

Hiện tượng φ (Fi) là một ảo giác trong đó hai ánh sáng lóe xen kẽ được xem là giữa chúng có sự thay đổi liên tục, thường được ứng dụng trong bảng đèn quảng cáo để tạo ấn tượng chuyển động. Gregory giải thích điều này như được phát sinh từ cơ chế nhận thức thông thường. Nếu chúng ta theo dõi một kích thích di chuyển, nghĩa là quan sát liên tục, thì hệ thống nhận thức được thiết kế để cho phép những sự ngắt quãng ngắn trong kích thích. Chẳng hạn, nếu chúng ta quan sát một động vật đang di chuyển trong rừng, hình ảnh thị giác của động vật sẽ ẩn hiện khi len lỏi phía sau rừng cây. Vì thế khi nhìn ánh sáng lập lòe, thì hệ thị giác hiểu kích thích như chuyển động liên tục, luồn qua phía sau vật cản.

Ảo giác cơ chế không cần giải thích theo nghĩa suy luận nhận thức. Lời giải thích hoàn hảo đối với chúng là những gì chúng ta biết về cách hoạt động của hệ thị giác. Nhưng có những loại ảo giác khác theo Gregory minh họa thật rõ ràng suy luận nhận thức được kể đến ra sao trong hệ nhận thức. Những ảo giác này xuất hiện khi hệ nhận thức chấp nhận chiến lược không phù hợp để giải thích kích thích.

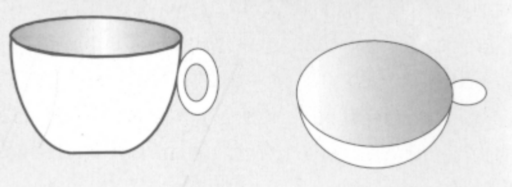
Ảo giác chiến lược

Có nhiều loại ảo giác chiến lược, một trong những loại chính mà Gregory nhận dạng đang xuất hiện vì quá trình nhận thức được gọi là **sự bất biến nhận thức.** Hình ảnh võng mạc mà chúng ta tiếp nhận về một vật thể bất kỳ có thể mang hình dạng, kích thước hay thậm chí màu sắc khác nhau tùy thuộc vào tình huống trong đó chúng ta quan sát. Nhưng chúng ta nhận thức vật thể đó mang tính bất biến và không để ý đến những biến đổi này. Chẳng hạn, một tách trà nhìn từ hai góc độ khác nhau, tạo ra hai hình dạng khác nhau trên võng mạc nhưng vì chúng ta áp dụng thang độ bất biến nên chấp nhận sự thay đổi trong phối cảnh (Hình 2.26). Nếu chúng ta nhìn một ô tô dưới ánh sáng đèn đường màu vàng cam thì mắt chúng ta tiếp nhận ánh sáng có bước sóng khác hẳn với cùng ô tô ấy trong ánh sáng ban ngày, nhưng chúng ta vẫn xem ô tô có màu giống nhau.

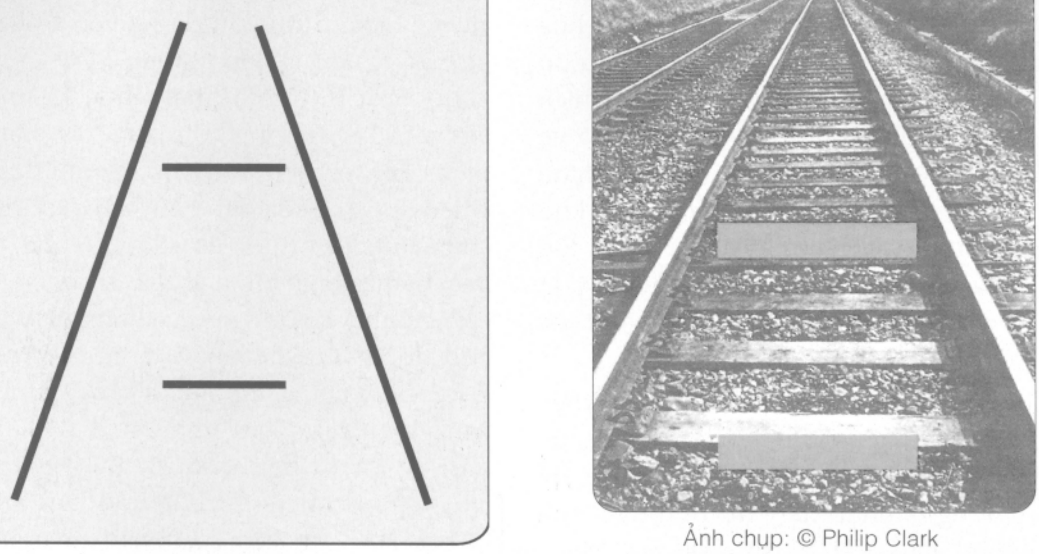
Có lẽ nhóm ảo giác chiến lược nổi tiếng nhất mà Gregory nhận dạng là ảo giác có vẻ phát sinh vì thang độ bất biến không thích hợp. Trong thảo luận ban đầu về nhận thức chiều sâu và ảo giác Müller-Lyer, chúng ta nhìn thấy gợi ý chiều sâu có thể tạo ra những giải thích sai lầm về hình ảnh hình học. Gregory (1963) cho rằng phần lớn trong những **ảo giác hình học** này phát sinh vì gợi ý chiều sâu trong kích thích có nghĩa là được hiểu trong tiềm thức như thể có không gian ba chiều. Ảo giác Ponzo là minh họa cổ điển trong khía cạnh này. Nét vẽ tạo thành một ảo giác phối cảnh và ảo giác thậm chí rõ nét hơn nếu được chồng lên một cảnh đời thực hay một ảnh chụp (Hình 2.27).

Nhóm ảo giác chiến lược thứ hai xảy ra với hình ảnh **mơ hồ.** Minh họa nổi tiếng nhất của ảo giác này là hình khối Necker, là một hình vẽ nét hình khối có vẻ thay đổi chiều khi chúng ta nhìn (Hình 2.28). Mặt màu sậm có vẻ như ngã về phía sau và phía trước khi chúng ta nhìn chăm chú và sự ngã này vẫn diễn ra ngay cả khi chúng ta cố gắng không để nó diễn ra. Gregory cho rằng hình ảnh có vẻ thay đổi không có một quyết định có ý thức nào ở phần người nhận thức, điều này

Hình 2.26 Tính bất biến hình dáng



Hình 2.27 Ảo giác Ponzo

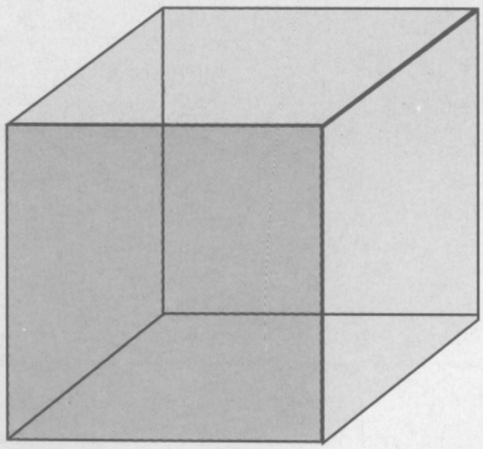


Ảnh chụp: © Philip Clark

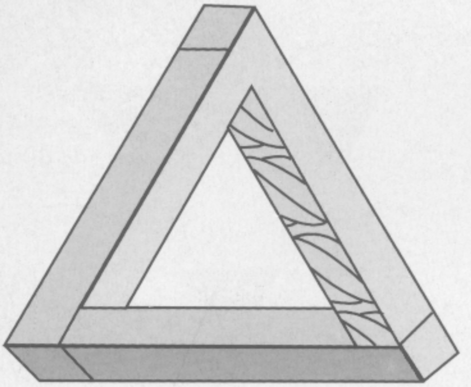
cho thấy nhận thức về trắc nghiệm giả thuyết diễn ra ra sao. Trong trường hợp này cả giả thuyết nhận thức cũng đáng tin, lẫn bộ não không thể quyết định giữa cả hai, vì thế phải thay đổi về phía sau và phía trước giữa chúng.

Loại ảo giác chiến lược thứ ba là **ảo giác nghịch lý,** bao gồm hình ảnh có vẻ đáng tin khi chúng ta nhìn, nhưng không thể thực hiện trong đời sống thực. Hình "tam giác không thể" là minh họa nổi tiếng của loại ảo giác này (Hình 2.29). Gregory cho rằng những ảo giác này xảy ra vì bộ não sử dụng gợi ý để ra giả định về thông tin, nhưng giả định bộ não đưa ra mâu thuẫn với nhau. trong trường hợp hình tam giác không thể, bộ não cho rằng hình này là vật thể ba chiều, nhưng cũng cho rằng hai cạnh tam giác có cùng khoảng cách như nhau và nối với nhau. Điều này tạo ra một nghịch lý trong ảo giác. Ảo giác nghịch lý được họa sĩ M. C Escher sử dụng để tạo hiệu quả trong nhiều bức họa nổi tiếng.

Hình 2.28 Hình khối Necker



Hình 2.29 Tam giác không thể



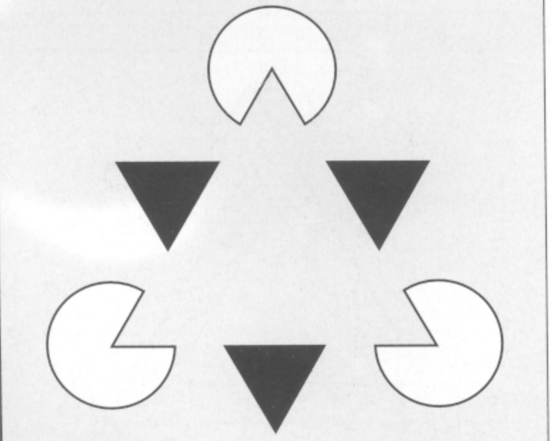
Loại ảo giác chiến lược khác do chính quá trình nhận thức của riêng chúng ta tạo ra theo cách sáng tạo. Một minh họa điển hình là "tam giác vô hình", trong đó đưa ra một hình tam giác có các kích thích bao quanh, đối với người nhận thức có vẻ chắc chắn rằng diện tích tam giác thậm chí có vẻ còn lớn hơn bề mặt hay khổ giấy vẽ hình này (Hình 2.30). Gregory còn cho rằng những **ảo giác sáng tạo** này là chứng cứ bổ sung cho tính chất nhận thức trắc nghiệm giả thuyết.

Gregory đưa ra một vài minh họa khác về cách sử dụng sai chiến lược nhận thức để tạo ảo giác mặc dù ở đây không đề cập. Chúng ta nhận thấy dù lý thuyết của ông khác hẳn với lý thuyết của Marr, Gibson và Selfridge. Khác biệt chính là cách ông xem nhận thức là một quá trình từ trên xuống chứ không phải từ dưới lên.

Lý thuyết của Gregory không phải là lý thuyết nhận thức từ trên xuống duy nhất. Có nhiều lý thuyết quan trọng khác do Ulrich Neisser đề xuất. Nhưng vì lý thuyết kết hợp chứng cứ tâm lý học về chú ý chọn lọc cũng như bối cảnh nhận thức và hình thức nhận thức khác quan, chúng ta sẽ xét đến ở cuối chương này.

Như chúng ta đã chứng kiến, Gibson phản đối quan điểm cho rằng nhận thức liên quan đến trắc nghiệm giả thuyết. Nhưng Gibson đề cập đến loại nhận thức chúng ta sử dụng khi di chuyển trong thế giới thực, trong khi thuyết của Gregory giải quyết một loại nhận thức khác hẳn. Năm 1964, Tulving, Mandler và Baumal tiến hành nghiên cứu chứng minh cả hai chiến lược, chiến lược từ trên xuống và chiến lược từ dưới lên đều có thể được bao hàm trong nhận thức. Trong nghiên cứu của họ, những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu nhận dạng các từ ngữ được cho xem, càng nhanh càng chính xác càng tốt. Người thí nghiệm thay đổi hai vấn đề về từ ngữ: một là thời gian đưa cho xem – cho xem trong bao lâu, một là bối cảnh – câu liên quan với từ ngữ cho người tham gia nghiên cứu xem trước trong bao lâu.

Hình 2.30 Tam giác vô hình



Có lẽ, không có gì phải ngạc nhiên khi thời gian cho xem và bối cảnh cho xem đều có ảnh hưởng đến mức độ chính xác của người tham gia nghiên cứu khi nhận biết từ ngữ. Họ có khuynh hướng sử dụng thông tin bối cảnh nhiều hơn nếu từ ngữ được cho xem thật nhanh. Tăng dần bối cảnh hay thời gian kéo dài kích thích cải thiện hoạt động của họ. Điều mà nghiên cứu chứng minh là trong điều kiện mơ hồ hay không chắc, xử lý từ trên xuống trở nên quan trọng. Nhưng trong điều kiện rõ ràng hơn, xử lý từ trên xuống không thích hợp và không quan trọng.

Tranh luận giữa Marr, Gibson và Gregory mức độ quan trọng nhiều ít trong nhận thức thông thường hàng ngày, nhưng mọi kích thích nhận thức đều không giống nhau. Một số tỏ ra mơ hồ hay lúng túng nhiều hơn số khác, và với những người xử lý từ trên xuống mới đáng chú ý.

NHẬN BIẾT KHUÔN MẶT

Một lĩnh vực nghiên cứu hình thành sự liên kết thú vị giữa lý thuyết nhận thức từ trên xuống và từ dưới lên là cách nhận biết khuôn mặt. Nhận biết người khác từ khuôn mặt là điều chúng ta làm hoàn toàn tự động, nhưng khi các nhà nghiên cứu phân tích, họ nhận thấy thực ra đây là sự kết hợp nhiều công việc rất phức tạp. Chẳng hạn, chúng ta nhận biết cùng một người trong nhiều năm sau, khi đặc điểm khuôn mặt của họ thay đổi theo độ tuổi, chúng ta không khó khăn gì khi nhận biết cùng khuôn mặt cho dù thể hiện diễn đạt cảm xúc khác hẳn. Điều này có vẻ dễ dàng nhưng lập trình cho máy vi tính nhận biết quả thật rất khó, vì khuôn mặt luôn thay đổi, khả biến.

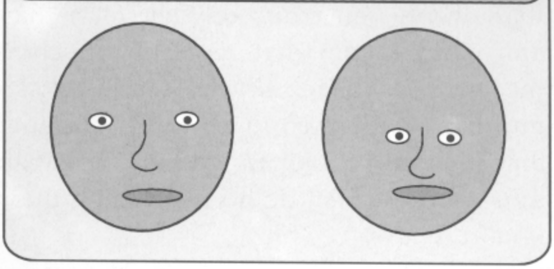
Nói chung, có vẻ chúng ta dựa vào đặc điểm từ phần phía trên của khuôn mặt như tóc hay mắt, nhưng Haig (1984) cho thấy cách kết hợp những đặc điểm này cũng quan trọng. Bằng việc sử dụng máy vi tính hiển thị những gì có thể điều chỉnh, Haig cho thấy chỉ một thay đổi nhỏ trong việc tạo khoảng cách các đặc điểm cũng ảnh hưởng đến việc liệu chúng ta có nhận biết khuôn mặt hay không (Hình 2.31). Khi chúng ta nhận biết khuôn mặt quen thuộc với mình, có vẻ phải sử dụng sự phối hợp các gợi ý mô tả. Một số gợi ý này về đặc điểm đặc biệt của chính khuôn mặt, chẳng hạn như màu mắt hay hình dạng miệng, trong khi gợi ý khác là khoảng cách giữa các đặc điểm khác nhau.

Ellis, Shepherd và Davies (1979) nhận thấy khi chúng ta nhận biết khuôn mặt quen thuộc, thường tập trung nhiều vào đặc điểm bên trong của khuôn mặt, như mắt, mũi và miệng. Khi nhận biết khuôn mặt xa lạ, chúng ta chú ý đến đặc điểm bề ngoài như tóc và cằm. Thực ra, có vẻ như thể chúng ta nhận biết khuôn mặt quen thuộc và xa lạ như cách hoàn toàn khác biệt bao gồm nhiều cơ chế nhận thức khác nhau.

ĐƠN VỊ NHẬN BIẾT KHUÔN MẶT

Bruce và Young (1986) tìm hiểu ngụ ý của điều này và chứng cứ khác cho rằng chúng ta phát triển một **đơn vị nhận biết khuôn mặt** để nhận dạng người chúng ta quen. Khuôn mặt của người là không có đơn vị nhận biết, vì thế khi nhận biết những đơn vị này, chúng ta phải dựa vào tiêu chuẩn mô tả, như màu tóc để biết liệu mình đã nhìn khuôn mặt ấy (hay ảnh chụp khuôn mặt ấy) trước kia hay không. Điều này cũng giải thích tại sao chúng ta thường để ý những nét giống nhau trên khuôn mặt bạn bè, mặc dù thường để ý người lạ có nét giống với người chúng ta quen. Chúng ta có một đơn vị nhận biết đặc biệt đối với mỗi người bạn, vì thế gương mặt của họ chỉ kích thích đơn vị của riêng họ. Nhưng khuôn mặt của người lạ có thể gợi ra những đơn vị nhận biết khác vì chúng không có đơn vị nào của riêng mình.

Hình 2.31 Khoảng cách các đặc điểm trên khuôn mặt



Nhận biết khuôn mặt và nhớ tên

Đơn vị nhận biết khuôn mặt loại này bao gồm hiểu biết sâu sắc về người ấy và có lẽ cũng là suy nghĩ của riêng mình về họ, chẳng hạn liệu chúng ta thích hay không thích họ. Đây là **thông tin ngữ nghĩa học** – nói cách khác, đây là thông tin có ý nghĩa về kích thích ảnh hưởng đến chúng ta ra sao, khác với việc nhớ tên một người, vốn chỉ là tên gọi mô tả, thường không có ý nghĩa riêng.

Thông tin ngữ nghĩa học đến với chúng ta rất nhanh khi chúng ta nhìn thấy một người mình quen biết, nhưng nhớ tên phải cần thời gian lâu hơn! Bruce và Valentine (1985) chứng minh rằng tên cũng không hữu hiệu lắm để nhận biết "thông tin". Trong một nghiên cứu, họ cho thấy người ta nhận biết khuôn mặt thật nhanh nếu trước đây đã nhìn thấy ảnh chụp khuôn mặt này cho dù chụp theo góc độ khác. Những việc nhớ tên một người, thậm chí ngay trước khi nhìn ảnh chụp, nói chung cũng không rút ngắn thời gian cần thiết để họ nhận dạng được khuôn mặt ấy.

Từ nghiên cứu này và nhiều nghiên cứu tương tự, Bruce và Young cho rằng chúng ta không có mối liên kết trực tiếp, tự động giữa tên và khuôn mặt. Thay vào đó, đặt tên cho khuôn mặt phải được xử lý qua thông tin ngữ nghĩa học khác, như hiểu biết về nơi sinh sống của người ấy hay người ấy đang làm gì. Nhưng chúng ta có sự liên kết giữa nhận biết khuôn mặt và biết điều gì đó về một người. Chúng ta biết tại sao họ quan trọng đối với mình, nhưng không biết họ tên gì. Những người nhận thấy rằng nhớ tên là yếu tố quan trọng trong công việc thường áp dụng **chiến lược thuật nhớ** – hỗ trợ trí nhớ – giúp họ hình thành những liên kết độc lập nhanh chóng giữa khuôn mặt và tên gọi. Mặc dù, cũng đáng lưu ý rằng con người phải tự học thuật nhớ, vì nó không đến tự nhiên, theo cách như liên kết giữa thông tin ngữ nghĩa học và nhận biết khuôn mặt.

Prosopagnosia

Chúng ta nhìn khuôn mặt với tất cả các loại lý do khác nhau. Chúng ta sử dụng chúng để nhận dạng bạn bè và để đánh giá về người lạ, điều chỉnh sự tương tác xã hội bằng cách phân tích biểu cảm của người khác và giúp chúng ta hiểu được lời nói. Bruce và Young cho rằng tất cả những chức năng này đều riêng biệt. Điều chúng ta nghĩ nhận biết khuôn mặt thực tế bao gồm nhiều quá trình riêng biệt, tạo sự kết nối độc lập với hệ nhận thức chung. Một phần chứng cứ cho quan điểm này phát xuất từ việc nghiên cứu những người bị rối loạn lâm sàng liên quan đến khả năng nhận biết khuôn mặt, rối loạn này còn gọi là **prosopagnosia**.

Một bệnh nhân do Bruyer *và người khác* (1983) nghiên cứu có thể sao chép bức họa các khuôn mặt, nhận dạng một loạt ảnh chụp từ các góc độ khác nhau có phải của cùng một người hay không và không hề khó khăn khi tìm ra ý nghĩa sự biểu cảm trên khuôn mặt. Nhưng ông không thể nhận biết khuôn mặt những người mình quen biết. Trái lại, một bệnh nhân do Malone *và người khác* (1982) nghiên cứu không gặp trở ngại khi nhận dạng khuôn mặt quen thuộc nhưng không thể chọn ảnh chụp những người xa lạ ở góc độ khác nhau hay có nét biểu cảm khác nhau không đáng kể. Shuttleworth, Syring và Allen (1982) nghiên cứu một bệnh nhân hoàn toàn không thể nhận dạng khuôn mặt quen thuộc nhưng không hề gặp trở ngại nào trong việc nhận dạng nét biểu cảm trên khuôn mặt.

Hình ảnh nhận thức cơ bản

Có vẻ có vấn đề thật cơ bản về khuynh hướng phản ứng với khuôn mặt của chúng ta. Chúng ta sẽ biết khi nghiên cứu sự phát triển ở trẻ, trẻ phản ứng rất nhạy đối với hình ảnh được sắp xếp trông giống như khuôn mặt con người – thậm chí nếu hình ảnh đơn giản như một vài dấu chấm và đường gạch theo hình bầu dục. Thực ra, trẻ sơ sinh cũng phản ứng trước kích thích giống khuôn mặt. Goren, Sarty và Wu (1975) chứng minh rằng khi ra đời khoảng 9 phút, trẻ sơ sinh sẽ quay đầu và mắt nhìn theo một mẫu giống khuôn mặt đang di chuyển, nhưng chắc chắn ít hơn đối với trẻ biết bò. Lập trình ban đầu như thế ngụ ý rằng nhận biết khuôn mặt là một kỹ năng rất cơ bản.

Bruce (1988) cho rằng sự trình bày đơn giản một khuôn mặt, có thể chỉ gồm hai dấu chấm và một đường gạch thích hợp, cũng miêu tả phác họa khuôn mặt "nguyên thủy" theo cách giống như Marr đề xuất hình que đối với vật thể, điều này có nghĩa hình ảnh như thế sẽ là một trong những hình thức cơ bản nhất trong việc giải mã hình ảnh thị giác, vì thế có lẽ không phải ngạc nhiên khi trẻ sơ sinh đã sẵn sàng để phản ứng với hình ảnh. Ngoài ra, có một giá trị sống còn đối với một động vật xã hội bất kỳ trong khả năng nhận biết khuôn mặt cùng loại với mình: nếu bạn phải lệ thuộc, không ai giúp đỡ, điều hữu ích là phải phân biệt được những bộ phận ấy trong môi trường để chăm sóc bạn!

Tất cả chứng cứ lâm sàng này có vẻ cho thấy rằng sự nhận biết khuôn mặt bao gồm một số hệ thống xử lý nhận thức chứ không phải là một. Một số đơn vị nhận thức này có thể là "từ dưới lên", như khả năng biết rằng bạn đang tìm kiếm những gì ở khuôn mặt thực tế, một số có thể là "từ trên xuống" bao gồm kinh nghiệm và kiến thức trước đây của chúng ta. Nhận biết điều gì thực sự là một khuôn mặt có thể kết hợp trong hệ thống nhận thức của chúng ta, vì thế chúng ta phải điều chỉnh nó ngay từ lúc mới sinh. Điều này lệ thuộc vào xử lý từ dưới lên các yếu tố hình ảnh.

Nhận biết những người đã gặp mặt trước khi bao gồm sử dụng một loại thông tin khác: trí nhớ về kinh nghiệm đã qua, kiến thức thay đổi diễn ra với tuổi tác như thế nào và đôi khi chúng ta gặp họ trong bối cảnh xã hội nào. Đây là thông tin "từ trên xuống": chúng ta không chỉ phát triển thông tin từ kích thích trực tiếp có sẵn mà còn áp dụng kiến thức trước đây để giải thích dữ liệu nhận cảm. Vì thế phản ứng của chúng ta đối với khuôn mặt trong đời sống hàng ngày cần đến cơ chế xử lý từ trên xuống và từ dưới lên – chắc chắn điều này cũng áp dụng cho hầu hết hình thức nhận thức khác.

SỰ CHÚ Ý

Ngay từ đầu trong ngành tâm lý học, các nhà tâm lý học quan tâm đến cách chúng ta để ý những sự việc này nhiều hơn sự việc khác, và điều gì đang diễn ra khi chúng ta "chú ý" đến sự việc nào đó. James (1890) cho rằng thực sự chúng ta chỉ chú ý đến một sự việc trong một thời điểm: khi cùng lúc chúng ta cố gắng chú ý hai sự việc thì chỉ thành công nếu một trong hai sự việc trở thành quen thuộc đến mức "theo thói quen", và không chú ý nhiều đến nó. Chúng ta trở lại vấn đề này vào cuối chương.

William James và những nhà tâm lý học ban đầu khác nghiên cứu sự chú ý áp dụng phương pháp **nội quan** – nghiên cứu chi tiết kinh nghiệm của riêng chúng ta. Những phương pháp này rất dễ mang thành kiến chủ quan, có thể khó phát hiện và hoàn toàn vô thức, cũng như chúng ta chứng kiến trong Chương 1, những người theo thuyết hành vi cho rằng không khoa học. Do đó, khi cách mạng thuyết hành vi diễn ra vào những năm đầu thế kỷ 20, người ta bãi bỏ nghiên cứu chú ý, cho đến Thế chiến II mới thực sự phục hồi.

Kết quả của sự phát triển công nghệ nhanh chóng diễn ra trong chiến tranh, các nhà nghiên cứu bắt đầu quan tâm đến việc làm cách nào để sử dụng công nghệ hiệu quả nhất. Chẳng hạn, vấn đề chính là cách nhân viên điều hành thiết bị radar cần quét tín hiệu đến và để phân biệt thông tin quan trọng từ "tiếng ồn" ngẫu nhiên do điều kiện thời tiết gây ra. Điều quan trọng đối với những người có trách nhiệm phải biết một người có thể duy trì nhiệm vụ như thế trong bao lâu mà không phạm sai sót, vì chỉ một sai sót cũng dẫn đến thảm họa.

Nghiên cứu mới cũng được hỗ trợ bằng sự phát triển tiến bộ công nghệ như sự phát triển máy ghi âm, có thể kiểm soát kích thích phơi bày ở người tham gia nghiên cứu, cho phép điều nghiên chính xác hơn các yếu tố liên quan. Kết quả của những tình huống mới này, người ta đưa nghiên cứu chú ý trở lại tâm lý học.

CẢNH GIÁC

Năm 1950, Mackworth báo cáo một loạt nghiên cứu khảo sát một người có khả năng duy trì một công việc nhàm chán nhưng vẫn còn tỉnh táo, nhanh nhẹn trong bao lâu. Mackworth lập ra một loạt **công việc dò tìm tín hiệu,** trong đó người tham gia nghiên cứu bấm một phím nhỏ khi họ nhận thức có tín hiệu đặc biệt. Tín hiệu có thể là tín hiệu hình ảnh, như hình ảnh trên màn hình radar, hay có thể là tín hiệu tiếng, như duy trì tiếng. Trong một công việc dò tìm tín hiệu tiếng điển hình, người ta nghe một loạt tiếng có thời gian bằng nhau (thường khoảng 2 giây). Nhưng đôi khi, tiếng có thể nghe lâu hơn tiếng khác khoảng nửa giây. Đó là tín hiệu mà người tham gia nghiên cứu phải biểu thị bằng cách bấm phím.

Bằng việc so sánh tín hiệu đã cho với phản ứng của người tham gia và đếm lỗi, Mackworth ghi lại sự duy trì chú ý của họ. Nếu họ không chú ý thì chắc chắn phạm nhiều sai lầm hơn. Điều này có vẻ hiển nhiên, nhưng thực tế quá trình nhận thức suy luận theo cách này là một yếu tố khác cho phép nghiên cứu quá trình tâm thần như chú ý phải được chấp nhận bất chấp sự chi phối của thuyết hành vi trong thời đại. Mackworth chứng minh rằng có thể đưa ra một **định nghĩa hoạt động** về chú ý, sử dụng dữ liệu khách quan, có thể quan sát. Nghiên cứu sự chú ý không phải là một quá trình nội quan, mơ hồ.

Công việc dò tìm tín hiệu của Mackworth cho thấy có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến thời gian duy trì sự cảnh giác ở một người. Thông thường người tham gia nghiên cứu thường tỏ ra chính xác. Nhưng thời gian kéo dài họ càng phạm nhiều sai lầm. Mackworth gọi hiện tượng này là **giảm dần hoạt động.** Công việc càng tiếp tục kéo dài thì giảm dần hoạt động càng lớn.

Biến đổi ngoại cảnh và giảm dần hoạt động

Một số giải thích khác nhau về những chứng cứ này được đề xuất. Bản thân Mackworth giải thích giảm dần hoạt động bằng cách sử dụng khái niệm ức chế. Chúng ta khảo sát ức chế khi nghiên cứu chi tiết biến đổi ngoại cảnh cổ điển, cũng như khi khảo sát chức năng hoạt động của tế bào thần kinh, nhưng tóm lại đây là quan niệm cho rằng phản xạ sẽ biến mất nếu xảy ra thường xuyên nhưng không được củng cố rõ ràng. Mackworth cho rằng người tham gia phản ứng đang tạo ra phản xạ có điều kiện đối với vấn đề mấu chốt mà họ sử dụng để dò tìm sai sót, và phản xạ ấy không còn vì không được củng cố bởi kiến thức hiểu biết kết quả. Biến đổi ngoại cảnh là loại giải thích hành vi con người phổ biến trong thời ấy.

Nhưng có nhiều khuyết điểm trong giải thích này ít nhất không phải là cách tăng dần sự chính xác ở một người nếu tín hiệu được thể hiện thường xuyên hơn. Nếu những gì đang diễn ra thực sự là sự biến mất do thiếu củng cố thì khi ấy sẽ tạo ra nhiều sai sót hơn, chứ không phải ít hơn. Dĩ nhiên, mặc dù con người ngày càng thiếu chính xác thì phản xạ cũng không hề biến mất hoàn toàn, như ở phản xạ có điều kiện (chúng ta khảo sát biến đổi ngoại cảnh chi tiết hơn trong Chương 18).

Sự cảnh giác và đánh thức

Một giải thích xen kẽ theo nghĩa mức độ **đánh thức tự chủ** ở người tham gia nghiên cứu. Mackworth và các nhà nghiên cứu sau này cũng nhận thấy sự giảm dần hoạt động có thể giảm theo nhiều cách khác nhau, được tóm tắt trong Bảng 2.3. Hầu như tất cả những yếu tố này là loại vấn đề làm cho con người chính xác, nhanh nhẹn hơn, một trạng thái thường gọi là đánh thức (xem Chương 13). Nếu con người tỉnh táo theo cách này thì có thể ít phạm sai lầm hơn. Nhưng nếu họ đánh thức kém hơn – có

Bảng 2.3 Giảm sự giảm dần hoạt động

Tác nhân ảnh hưởng	**Giảm dần giảm do:**
Yếu tố nhiệm vụ	
Cường độ tín hiệu	Tín hiệu rõ hơn
Thời gian kéo dài tín hiệu	Tín hiệu dài hơn
Xác suất không gian	Tín hiệu gần tâm điểm thể hiện
Yếu tố cá nhân	
Phản hồi về hoạt động	Mọi phản hồi bất kỳ, đúng hay sai
Thuốc kích thích (amphetamine)	Liều trung bình
Điểm số nhân cách Eysenck	Nội quan cao
Yếu tố tình huống	
Tiếng ồn môi trường	Xáo trộn trung bình (như điện thoại)
Môi trường xã hội	Hiện diện của người khác (nhất là cấp trên)

Nguồn: Mackworth, 1950

thể vì buồn ngủ hay mệt mỏi – thì dễ phạm sai lầm hơn.

Nghiên cứu của Stroh (1971) liên quan đến việc đo nhịp sóng alpha trong các mẫu điện não đồ do con người thể hiện trong khi làm công việc cảnh giác. Nhịp sóng alpha là mẫu hoạt động não xảy ra khi người ta đang thức nhưng thoải mái, vì thế mức độ hoạt động alpha cao hoàn toàn là một dấu hiệu chỉ báo rằng một người đang điềm tĩnh và không có sự đánh thức sinh lý. Phiên bản đơn giản giải thích "sự đánh thức" dự đoán rằng con người sẽ chính xác hơn nếu họ được đánh thức, vì thế sự hiện diện của nhịp sóng alpha cho thấy rất có thể phạm sai lầm nhiều hơn.

Thực ra Stroh thấy rằng con người có phản ứng khác nhau mặc dù những khác biệt này không phải ngẫu nhiên. Phân tích dữ liệu, Stroh nhận thấy có thể phân loại phản ứng với công việc thành 3 nhóm. Một nhóm các nhà tham gia nghiên cứu thực hiện theo dự đoán: nếu họ thể hiện hoạt động alpha cao thì có thể bỏ sót tín hiệu kế tiếp. Nhóm thứ hai nói chung không thể hiện sự khác nhau trong phản ứng đối với tín hiệu được báo trước bằng hoạt động alpha và không có phản ứng đối với hoạt động này, và nhóm nghiên cứu thứ ba thể hiện sự ngược lại. Ở nhóm này, mức hoạt động alpha cao hơn có vẻ có nghĩa rằng chúng chính xác hơn chứ không kém hơn!

Khi kết quả được khảo sát chi tiết hơn, Stroh thấy rằng nhóm thứ nhất chủ yếu gồm những cá nhân lớn tuổi hơn, điềm tĩnh hơn, trong khi nhóm thứ ba chủ yếu là thanh niên, tính tình nóng nảy hơn. Govier (1980) cho rằng những chứng cứ này có thể giải thích theo thuyết đánh thức và hoạt động Yerkes-Dodson, cho rằng đánh thức chỉ cải thiện hoạt động đến một điểm nào đó. Quá nhiều đánh thức sẽ cản trở hoạt động như chúng ta sẽ thấy trong Chương 13. Nhóm người tham gia nghiên cứu lớn tuổi đặc biệt không bị đánh thức, vì thế họ tỉnh táo hơn, hoạt động chính xác hơn. Tuy nhiên, nhóm trẻ tuổi hơn, có mức đánh thức cao, Govier cho rằng họ nằm ở phía bên kia đường cong chữ U đảo ngược. Vì thế, một sự gia tăng mức đánh thức bất kỳ có nghĩa là họ làm tệ hơn, chứ không tốt hơn vì họ quá nhanh nhẹn đến mức không thể hoàn toàn hiệu quả.

Nghiên cứu duy trì sự chú ý hay cảnh giác là một nghiên cứu có ý nghĩa quân sự rất lớn. Do đó, tài nguyên đáng kể dành cho nghiên cứu: báo cáo của Mackworth tóm tắt nhiều nghiên cứu tiến hành trong những năm chiến tranh và sau này. Bằng cách chứng minh rằng các nhà nghiên cứu có thể sử dụng định nghĩa hoạt động chú ý chẳng hạn như khả năng báo cáo tín hiệu chính xác, những nhà nghiên cứu này mở ra một chủ đề mới trong nghiên cứu tâm lý học. Như nghiên cứu của Bruner về bối cảnh nhận thức, họ chứng minh quá trình nhận thức không phải là bí mật, nhưng có thể nghiên cứu khách quan, như thế giúp tạo ra nền tảng cho cách mạng nhận thức trong thập niên 1970.

CHÚ Ý CHỌN LỌC

Hình thức chú ý khác thu hút giới nghiên cứu do sự phát triển công nghệ của Thế chiến II là nghiên cứu chú ý chọn lọc. Nơi nhân viên điều hành radar cần chú ý chính xác đối với công việc tương đối đơn điệu trong thời gian dài, phi công cần chọn lọc thông tin thích hợp thật chính xác từ khối lượng thông tin hiển thị trên các đồng hồ trong buồng lái. Vì họ thường phải phản xạ thật nhanh trong các tình huống một sai sót bất kỳ đều nguy hiểm đến tính mạng, điều quan trọng là phải tìm hiểu cách con người chọn lọc và phản ứng đối với thông tin liên quan. Vì thế, các nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu chúng ta định hướng chú ý của mình ra sao và có thể tập trung chí vào một kích thích trong muôn vàn kích thích khác.

Dĩ nhiên, chú ý chọn lọc không chỉ hạn chế ở phi công: đây là vấn đề chúng ta làm hàng ngày. Nếu bạn đã từng ghi âm một người phát biểu ở nơi đông người thì có lẽ bạn thấy rằng tiếng ồn gần như lấn át lời phát biểu. Nhưng nếu bạn thực sự trong loại tình huống ấy thì bạn không gặp trở ngại: câu chuyện mà bạn đang lắng nghe có vẻ nổi bật, nghe rất rõ.

Sau chiến tranh, một loạt nghiên cứu bắt đầu khảo sát cách con người chú ý đến nhiều kích thích cùng lúc. Năm 1953, Cherry phát triển **công việc lắng nghe phân đôi,** người tham gia nghiên cứu cùng lúc nghe hai thông tin hoàn toàn khác nhau, tai này nghe phone về một thông tin, tai kia nghe thông tin khác. Người nhận thông tin này được yêu cầu lặp lại thông tin nghe ở một tai, nói to lên. Thực tế này, gọi là **che bóng,** giúp nhà nghiên cứu kiểm tra họ đang chú ý thông tin nào trong một thời điểm bất kỳ.

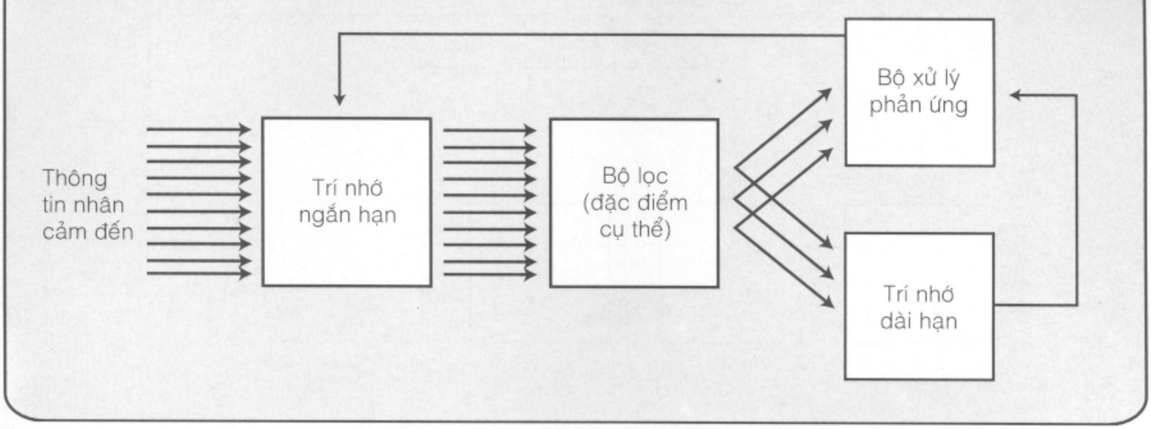
Công việc khác để nghiên cứu chú ý chọn lọc là **công việc tách – phân,** do Broadbent phát triển năm 1958. Những công việc này cũng yêu cầu người tham gia nghiên cứu nghe hai loại thông tin khác nhau, sử dụng phone. Nhưng trong công việc tách – phân, thông tin liên quan là các đôi chữ số, hoặc chữ hoặc con số, nghe cùng lúc. Tai phải nghe một đôi chữ số, tai trái nghe đôi chữ số khác, những người tham gia được yêu cầu đọc lớn thông tin mình nghe được. Nhưng không yêu cầu họ tập trung nghe tai bên này hay bên kia.

Cả hai phương pháp nghiên cứu có vẻ biểu thị rằng con người chọn lọc chú ý thông tin nào trên cơ sở kênh đang được sử dụng. Cherry nhận thấy những người thực hiện công việc lắng nghe phân đôi thường không biết nội dung thông tin không chú ý, mặc dù đôi khi họ có thể nhận dạng những đặc điểm cụ thể chung chẳng hạn như thông tin ấy là lời nói hay tiếng động hay giọng nam hay nữ. Broadbent nhận thấy nếu yêu cầu con người lặp lại chữ số họ vừa nghe trong nghiên cứu tách – phân thì họ thường nhớ lại tập hợp chỉ nghe ở một tai. Có vẻ đặc điểm cụ thể của thông tin, và nhất là thông tin đến bằng kênh nào, quyết định có nên chú ý đến hay không.

Lý thuyết bộ lọc của Broadbent

Broadbent (1958) sử dụng những chứng cứ này để lập ra mô hình chú ý chọn lọc. Mô hình cho rằng thông tin đến đi qua một bộ lọc trước khi được não xử lý ngữ nghĩa (nghĩa là ý nghĩa). Bộ lọc này cắt bỏ thông tin nếu chúng không có đặc điểm thích hợp cụ thể (Hình 2.32). Vì thế, chẳng hạn nếu một người lắng nghe thông tin đến tai phải, thì thông tin đi vào tai trái sẽ bị loại, không phân tích ý nghĩa.

Hình 2.32: Mô hình của Broadbent



Tuy nhiên mô hình của Broadbent nhanh chóng tỏ ra không phù hợp. Gray và Wedderburn (1960) tiến hành một loạt nghiên cứu tách – phân trong đó đơn vị trình bày là tập hợp từ và con số. Ngoài ra, những đơn vị tập hợp này đều có một số ý nghĩa, mặc dù đạt đến ý nghĩa ấy đòi hỏi phải chú ý thay đổi từ tai này sang tai kia. Chẳng hạn, một người tham gia nghiên cứu này một tai sẽ nghe "dear four Jane" trong khi tai kia nghe "three aunt five".

Gray và Wedderburn nhận thấy người tham gia nghiên cứu luôn báo cáo đã nghe một tập hợp có nghĩa – trong trường hợp này hoặc là "three four five" (ba bốn năm) hay thường hơn "dear aunt Jane" (dì Jane thân mến) – bất chấp đã thay đổi đặc điểm cụ thể ra sao. Sự việc tương tự xảy ra khi các âm tiết khác nhau của những từ hoàn chỉnh lẫn lộn với những chữ số ngẫu nhiên. Cho dù âm tiết trình bày cho các tai khác nhau nhưng người nghe phối hợp chúng và báo cáo mình đã nghe trọn từ.

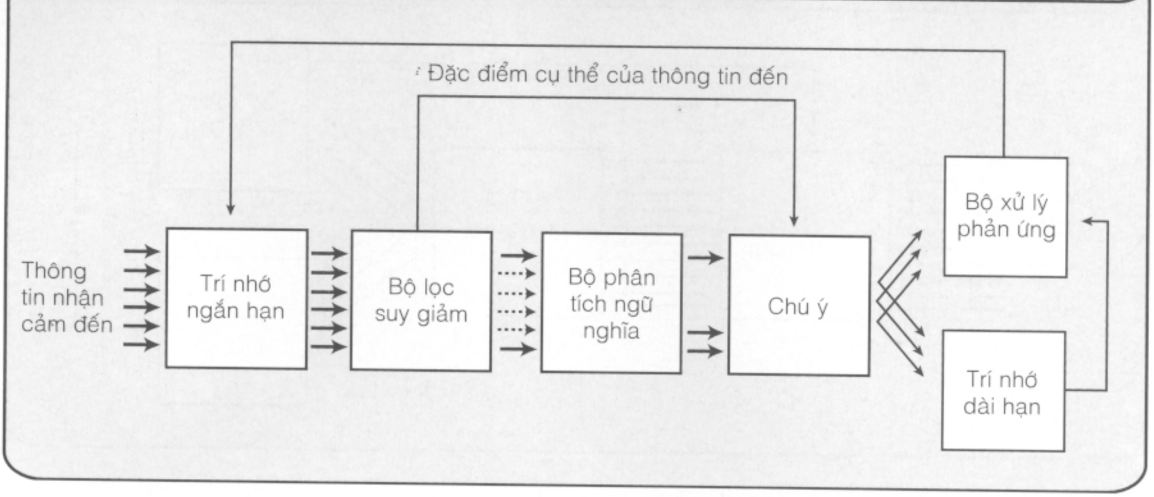
Khi nghiên cứu tiếp diễn, điều trở thành hiển nhiên khi họ hoàn toàn không nhớ thông tin không được chú ý. Moray (1959) phát hiện rằng họ thu nhặt thông tin từ kênh không chú ý trong nhiệm vụ lắng nghe phân đôi, nếu nó chứa đựng một kích thích quan trọng đối với cá nhân. Chẳng hạn, khoảng 1/3 thời gian người ta dò tìm tên của riêng mình trong kênh không chú ý. Hiện tượng này gọi là **hiện tượng tiệc cocktail** vì tiệc cocktail vốn thịnh hành vào thời ấy, thường bao gồm nhiều cuộc chuyện trò diễn ra cùng lúc. Mặc dù một người bất kỳ chỉ chú ý đến cuộc chuyện trò mà họ tham gia, họ thường nghe tên của riêng mình nếu một người khác ở gần nhắc đến. Phần còn lại của cuộc chuyện trò sẽ bị lọc bỏ, nhưng tên của riêng họ đã đi qua bộ lọc.

Lý thuyết suy giảm của Triesman

Nếu thuyết của Broadbent đúng, không có chứng cứ của Gray và Wedderburn, thì hiện tượng tiệc cocktail cũng không thể có. Thuyết của Broadbent cho rằng thông tin được lọc trên cơ sở đặc điểm cụ thể, trước khi được phân tích nghĩa. Nhưng những nhà nghiên cứu khác cho thấy thông tin có nghĩa đôi khi cũng lọt qua. Vì thế rõ ràng bộ lọc không lọc bỏ hết tất cả đặc điểm sai lầm cụ thể.

Triesman (1964) đề nghị một thuyết xen kẽ: thông tin mang đặc điểm cụ thể không thích hợp không bị lọc bỏ mà chỉ bị bộ lọc làm cho suy yếu hay **suy giảm.** Thông tin trước tiên đi qua bộ lọc cụ thể, làm yếu thông tin có đặc điểm sai lầm cụ thể sao cho ít được chú ý đến. Sau đó,

Hình 2.33: Mô hình của Triesman



thông tin đi qua một bộ phân tích giai đoạn hai, xử lý thông tin về ngữ nghĩa. Nếu tín hiệu suy giảm ở mức đặc biệt, thì sẽ được củng cố lần nữa. Nhưng thông tin suy giảm nhiều nhất đặc biệt không quan trọng đối với người nghe, vì thế cũng không đi xa hơn bộ phân tích giai đoạn hai (Hình 2.33).

Triesman cho rằng bộ phân tích giai đoạn hai hoạt động bằng cách kích hoạt **đơn vị tự điển,** phân tích từ hay khái niệm. Một số từ hay khái niệm này – từ hay khái niệm quan trọng – sẽ có **ngưỡng phản ứng** thấp, nghĩa là chúng dễ bị kích hoạt. Nhưng từ kém quan trọng hơn sẽ có ngưỡng phản ứng cao: chúng cần một tín hiệu mạnh để kích hoạt đơn vị tự điển. Điều làm cho tín hiệu mạnh hơn nếu có đặc điểm cụ thể tác động mạnh, như lớn tiếng hơn hay dễ phân biệt hơn thông tin ở kênh chú ý. Quan niệm đơn vị tự điển với các ngưỡng phản ứng có thể thay đổi giúp Triesman giải thích tại sao một số thông tin vẫn được chú ý cho dù thời điểm ấy người nghe không chú ý đến.

Có nhiều nghiên cứu khác ủng hộ quan điểm cho rằng thông tin không chú ý được xử lý về ngữ nghĩa. Trong một nghiên cứu, Triesman yêu cầu người tham gia nghiên cứu nghe một câu chuyện chỉ bằng một tai, trong khi tai kia nghe một thông tin khác. Ở một thời điểm nào đó, hoán đổi cho nhau, tai nghe chuyện sẽ nghe thông tin, tai nghe thông tin sẽ nghe chuyện. Triesman nhận thấy người tham gia tự động tiếp tục che bóng câu chuyện, nhưng họ thường hoàn toàn không biết mình đã hoán đổi (Triesman, 1960).

Trong nghiên cứu khác năm 1964, Triesman sử dụng người tham gia nghiên cứu nói hai thứ tiếng Anh và Pháp thông thạo. Bà yêu cầu người tham gia một tai nghe thông tin bằng tiếng Pháp, tai kia nghe thông tin bằng tiếng Anh. Đôi khi, cả hai thông tin có cùng một nghĩa. Mặc dù người tham gia được yêu cầu che bóng chỉ một trong những thông tin này, bà nhận thấy họ thường biết nếu thông tin khác có cùng nghĩa. Điều hiển nhiên là họ vẫn đang xử lý cả hai thông tin có nghĩa, cho dù họ không nhận thức chú ý một trong hai.

Mô hình chú ý chọn lọc thích hợp

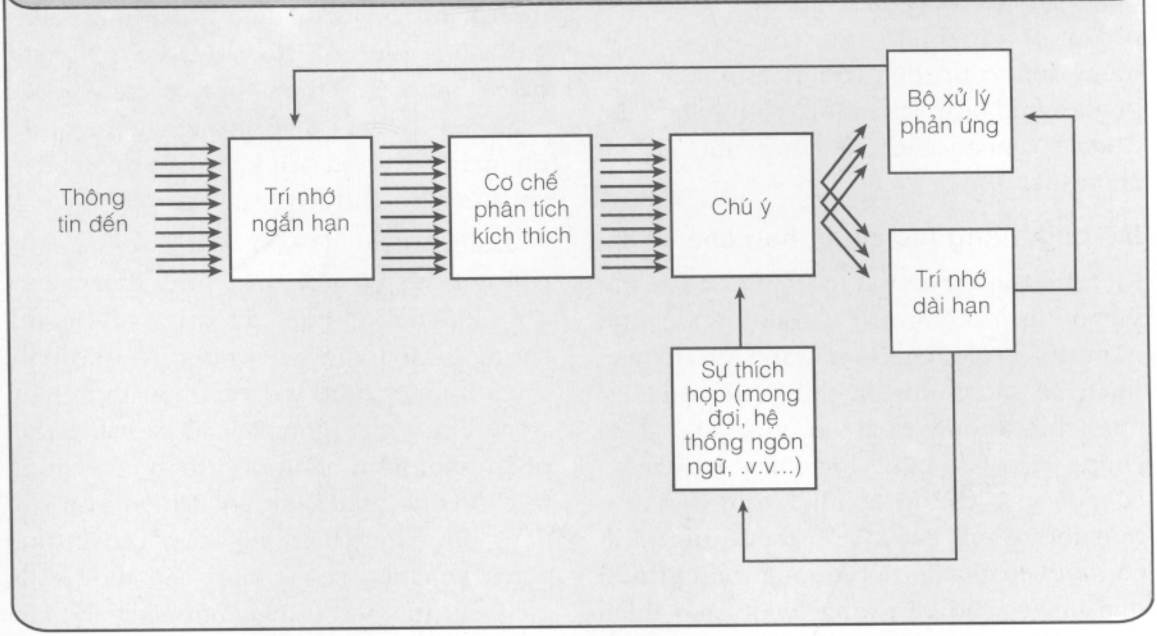
Mặc dù mô hình suy giảm của Triesman cung cấp lời giải thích hợp lý đối với những chứng cứ thực nghiệm này, một số nhà nghiên cứu nhận thấy mô hình phức tạp không cần thiết. Mô hình thay thế do Deutsch và Deutsch đề xuất năm 1963, sau này Norman (1976), xem lại, cho rằng không cần có sự hiện diện của bộ lọc suy giảm ban đầu, tiếp theo sau bằng bộ lọc giai đoạn hai phân tích thông tin theo ngữ nghĩa. Thay vào đó, họ đưa ra một mô hình trong đó bộ lọc xảy ra muộn hơn nhiều trong cả quá trình. Theo mô hình này, tất cả thông tin đến đều được phân tích về ngữ nghĩa và đánh giá liệu chúng có thích hợp hay không, thông tin không liên quan được lọc bỏ tiếp theo sau (Hình 2.34).

Ngụ ý của mô hình này là tất cả thông tin đến, bất kể đặc điểm cụ thể ra sao đều được xử lý ngữ nghĩa. Có một số chứng cứ thực nghiệm ủng hộ quan điểm này. Chẳng hạn, Moray (1969) mô tả nghiên cứu trong đó những người tham gia nghiên cứu được cho xem một từ trung tính đi kèm với điện châm nhẹ. Dĩ nhiên điều này tạo sự căng thẳng, và sự căng thẳng này có thể đánh giá bằng thước đo **phản ứng điện châm qua da** (GSR) (xem Chương 13). Sau một vài thử nghiệm, những người tham gia nghiên cứu tạo ra phản ứng điện châm qua da mạnh bất cứ khi nào họ nhìn hay nghe thấy từ đó. Đây là minh họa biến đổi ngoại cảnh cổ điển dễ hiểu.

Sau này, những người tham gia nghiên cứu này được yêu cầu thực hiện một loạt các công việc lắng nghe phân đôi. Trong một số công việc này, từ mà họ phản ứng nằm trong thông tin không chú ý. Moray nhận thấy người tham gia tạo ra phản ứng GSR nếu từ xuất hiện trong thông tin không chú ý, cho dù họ không nhận biết mình đã nghe từ ấy. Điều này được xem như chứng cớ cho thấy thông tin được xử lý ngữ nghĩa ở giai đoạn đầu.

Tuy nhiên, nghiên cứu của Moray thực ra không giúp chúng ta phân biệt giữa mô hình suy giảm và mô hình thích hợp, vì không có mô hình nào giải thích kết quả. Từ lẽ ra nhận được ý nghĩa quan trọng đối với mỗi người tham gia nghiên cứu do kết quả điện châm, vì thế có thể giải thích là đi qua được bộ lọc suy giảm. Ngoài ra, sử dụng biến đổi ngoại cảnh cổ điển qua điện châm có nghĩa là phản ứng nói chung không phải là một quá trình nhận thức, mà có lẽ là một phản xạ có điều kiện tránh đau đớn cơ bản. Thậm chí loài giun sán nói chung không có bộ não nhưng cũng biết cách tránh vấn đề bị điện châm. Vì thế chúng ta không cần bàn

Hình 2.34: Mô hình thích hợp


Thông tin đến
Trí nhớ ngắn hạn
Cơ chế phân tích kích thích
Chú ý
Bộ xử lý phản ứng
Trí nhớ dài hạn
Sự thích hợp (mong đợi, hệ thống ngôn ngữ, .v.v...)

đến xử lý tâm thần để giải thích tại sao những người tham gia nghiên cứu phản ứng trước kích thích.

Một nghiên cứu sau này của Corteen và Wood (1972) cho thấy rằng có liên quan đến xử lý ngữ nghĩa. Như Moray họ đặt điều kiện cho những người tham gia nghiên cứu phải phản ứng trước những từ cụ thể bằng cách kết hợp từ với điện châm nhẹ. Nhưng lúc ấy, thay vì kiểm tra người tham gia bằng cách cho họ xem cùng chữ tương tự, thì họ đưa ra **từ đồng nghĩa** – từ có nghĩa tương đương – ở phần không chú ý trong nhiệm vụ lắng nghe phân đôi. Người tham gia nghiên cứu thể hiện phản ứng GSR đối với từ đồng nghĩa, và điều này không thể không có xử lý ngữ nghĩa.

Theo nghĩa chọn giữa hai mô hình, nghiên cứu Corteen và Wood thiên về mô hình thích hợp hơn mô hình suy giảm, vì có vẻ vụng về khi cho rằng sự đồng nghĩa của một từ đi kèm với điện châm phải củng cố đơn vị tự điển. Nhưng điều này không phải là không thể. Thực ra, cả hai mô hình này đều giải thích chứng cứ thực nghiệm. Nói chung, chúng ta ủng hộ mô hình suy giảm vì **tiết kiệm** hơn các từ khác – nói cách khác, có thể giải thích đơn giản hơn và tao nhã hơn – nhưng nhiều nhà nghiên cứu cho rằng quan niệm đơn vị từ điển của Triesman là một khái niệm hữu ích, giúp chúng ta hiểu được sự nhận biết từ cũng như chú ý chọn lọc.

Mô hình năng lực chú ý hạn chế

Một mô hình thay thế mô hình bộ lọc chú ý chọn lọc do Norman và Bobrow đề xuất năm 1975. Họ lập luận rằng lý do giải thích tại sao chúng ta chú ý đến sự việc này chứ không phải sự việc kia là vì chúng ta chỉ có năng lực chú ý hạn chế – có hạn chế chúng ta phải tính đến vào một thời điểm bất kỳ. Vì thế, đúng ra là có một "cổ chai", định hướng thông tin đi qua bộ lọc, họ cho rằng lý do giải thích tại sao chúng ta gặp khó khăn khi chia chú ý của mình vì chúng ta đang trải quá mỏng các tiềm năng hạn chế.

Một số công việc theo Norman và Bobrow đối với chúng ta thật khó chú ý vì chúng ta hạn chế bởi dữ liệu có sẵn cho mình. Chẳng hạn, cho dù lắng nghe có khó đến đâu đi nữa, chúng ta cũng thấy khó phân biệt giọng nói của một người trong căn phòng đông người nếu ở cách xa và ở gần bên có tiếng nói khác lớn hơn nhiều. Trong loại công việc hạn chế dữ liệu này, chú ý tập trung của chúng ta thường không đạt được vì thông tin có sẵn không đủ thích hợp cho chúng ta chọn lựa.

Những công việc khác là công việc mà Norman và Bobrow gọi là **hạn chế tiềm năng.** Vì bản thân chúng phức tạp hợp lý, nên chúng ta cần dành nhiều tài nguyên của mình cho chúng để sử dụng chúng thành công, và nếu cố gắng chú ý đến một sự việc khác cùng lúc thì khi đó chắc chắn chúng ta sẽ phạm sai lầm. Norman và Bobrow cho rằng chúng ta ấn định giới hạn trên trong năng lực của mình, và có thể thực hiện thành công chỉ khi nằm trong giới hạn ấy. Vì thế, chẳng hạn một người vừa nấu ăn vừa trò chuyện với điều kiện công việc liên quan nằm trong giới hạn trên của họ. Nếu họ phải chế biến theo công thức mới, phức tạp thì chắc chắn sẽ có sai sót trong chế biến, trừ phi giảm bớt nhu cầu khác cần đến chú ý, và dừng trò chuyện.

Kahnemann (1973) cũng nêu rằng chúng ta chỉ có năng lực chú ý hạn chế và gợi ý đây là kết quả của nhiều nỗ lực mà chúng ta đưa vào một công việc đã định. Theo Kahnemann, cơ chế nhận thức nằm trong chú ý bao gồm **bộ xử lý trung tâm** phân phối tiềm năng tinh thần của chúng ta cho công việc hiện có. Nhiều yêu cầu đang được thực hiện, bộ xử lý quyết định nên dành tiềm năng nào cho một công việc cụ thể và trạng thái sinh lý của chúng ta sẽ ảnh hưởng đến "nghị lực tinh thần" chúng ta đang có. Vì thế khi mệt mỏi và cảm xúc căng thẳng, "nghị lực tinh thần" sẽ kém hơn lúc chúng ta tỉnh táo, nghỉ ngơi.

Kahnemann đề xuất rằng **chính sách phân phối** của bộ xử lý trung tâm – nói cách khác, những gì quyết định nên dành sự chú ý – chịu ảnh hưởng của ba tập hợp yếu tố chính. Một trong số này, như đã nêu là năng lực chúng ta hiện có, liên kết mật thiết với đánh giá nhiệm vụ đang xem xét phải cần đến nỗ lực tinh thần nhiều đến mức nào. Tập hợp yếu tố thứ hai bao gồm sự tự do hành động kéo dài chẳng hạn như nhân cách, thói quen hay mục đích dài hạn. Tập hợp thứ ba là dự định nhất thời: thích hợp trước mắt với kích thích, tâm trạng và bối cảnh, v.v... ba loại yếu tố này phối hợp nhau để quyết định bộ xử lý trung tâm sẽ chú ý đến điều gì.

Trong một cách nào đó, mô hình năng lực chú ý hạn chế trở ngược lại quan điểm của William James cho rằng chúng ta chỉ chú ý một sự việc duy nhất trong một thời điểm – cùng lúc chú ý hai sự việc nếu một trong hai quen thuộc đến mức chúng ta không cần suy nghĩ về nó. Nhưng một vài nhà nghiên cứu cho thấy con người học cách chia chú ý của mình trong nhiều công việc. Lý thuyết bộ lọc chú ý hoạt động trên một giả định mặc nhiên cho rằng chú ý chỉ thu hút một kênh duy nhất. Nhưng nghiên cứu chú ý phân chia không thừa nhận giả định này.

CHÚ Ý PHÂN CHIA

Allport, Antonis và Reynolds (1972) cho rằng chúng ta không có năng lực chú ý cái chung – mục đích riêng lẻ. Thay vào đó, chúng ta có vài cơ chế khác nhau để xử lý thông tin. Chúng ta gặp trở ngại khi cố gắng chú ý đến nhiều sự việc vì hai công việc sử dụng một cơ chế xử lý cảm nhận như nhau. Vì thế nếu hai công việc khác nhau, chúng ta không gặp trở ngại này.

Shaffer (1975) nghiên cứu hoạt động của một người đánh máy – nghe có kỹ năng. Người đánh máy nghe đánh máy tài liệu qua phone gắn ở một tai trong khi cùng lúc thực hiện một nhiệm vụ khác. Trong một điều kiện, công việc khó khăn này bao gồm che bóng thông tin nói đi vào tai kia. Trong điều kiện khác, người đánh máy được yêu cầu phải đọc lớn thông tin trước mắt mình. Mỗi loại điều kiện này tạo ra sự cản trở: mặc dù người đánh máy thực hiện bất kỳ nhiệm vụ nào cũng xuất sắc nếu tách rời, phối hợp chúng tỏ ra khó hơn nhiều. Mỗi công việc bị cản trở với một khía cạnh khác nhau trong công việc đánh máy – nghe: điều kiện thứ nhất bị cản trở với khả năng nhận đầu vào nghe, trong khi điều kiện thứ hai bị cản trở với khả năng tạo đầu ra đánh máy. Shaffer cho rằng đây là **tính tương đồng** thông tin ảnh hưởng trực tiếp đến việc chúng ta chú ý nhiều đến mức nào.

Trong nghiên cứu khác, Allport, Antonis và Reynolds (1972) yêu cầu người tham gia nghiên cứu học một loạt các từ đọc cho họ qua phone, trong khi cùng lúc che bóng thông tin nói. Họ nhận thấy người tham gia không thể học được từ. Nhưng họ yêu cầu người tham gia tiến hành công việc tương tự, nhưng lần này đưa tranh ảnh để học, người tham gia nhớ hơn 90% kích thích. Thậm chí khi tài liệu là từ, nhưng được trình bày trước mắt nên người tham gia nhớ nhiều hơn việc mình đã làm khi được trình bày bằng cách nghe. Kích thích mắt khác biệt với công việc che bóng lời nói để giúp người tham gia có thể chú ý hai loại hình thông tin.

Yếu tố khác có vẻ quan trọng trong việc liệu chúng ta có chú ý đến nhiều sự việc cùng lúc hay không là ở chỗ công việc khó đến mức nào. Sullivan (1976) tiến hành nghiên cứu lắng nghe phân đôi yêu cầu người tham gia nghiên cứu che bóng một thông tin nghe, trong khi cùng lúc nhận dạng một số từ đích nghe được trong thông tin không chú ý. Che bóng thông tin chính càng khó thì người tham gia phát hiện từ đích càng ít.

Kết quả thực tập

Tuy nhiên có một số chứng cứ cho thấy chúng ta có thể mở rộng "giới hạn trên" trong năng lực chú ý. Spelke, Hirst và Neisser (1976) nhận thấy khi thực tập, con người có thể hoàn hảo hơn khi chú ý hai công việc cùng lúc. Họ yêu cầu học sinh đọc truyện cùng lúc viết ra giấy bảng liệt kê từ mà họ đọc lớn tiếng cho học sinh ghi. Học sinh thực tập công việc này thường xuyên trong khóa học. Một khi họ đã quen, người thí nghiệm thay đổi công việc, sao cho lần này họ phải viết ra giấy một từ liên quan đến từ mà họ đã qui định – chẳng hạn viết "con chó" khi nghe "động vật". Cuối học kỳ, họ thực hiện công việc này thành công. Từ nghiên cứu này và các nghiên cứu khác, Spelke, Hirst và Neisser cho rằng kỹ năng phân chia chú ý của chúng ta là kỹ năng có thể tập quen thông qua thực tập.

Shiffrin và Schneider (1977) không thừa nhận quan điểm cho rằng chú ý được phân chia đồng đều trong loại tình huống này. Thay vào đó, họ lập luận rằng lý do giải thích tại sao thực tập cải thiện khả năng thực hiện nhiều công việc cùng lúc ở con người là vì kỹ năng liên quan đến ít nhất một trong những công việc đã **tự chủ hóa** – chúng trở nên quen thuộc đến mức được thực hiện tự động không cần chú ý có ý thức. Shiffrin và Schneider lập luận rằng thật hợp lý, dễ dàng đối với những người phân chia chú ý giữa một số loại đầu vào công việc khác nhau nếu họ sử dụng quá trình tự chủ. Họ lập luận quá trình trở thành tự động do kết quả thực tập. Trong nhiều khía cạnh, lập luận này trực tiếp trở về khẳng định của William James cho rằng chúng ta chú ý hai công việc cùng lúc chỉ khi có một công việc trở thành quen thuộc.

Vai trò thực tập

Norman và Shallice (1980) cho rằng đây không chỉ là vấn đề đơn giản liệu công việc tự động hay cần chú ý hay không. Thay vào đó, họ cho rằng có ba mức phân biệt chức năng hoạt động chú ý, mô tả trong Bảng 2.4. Logan (1988) cho rằng quá trình một nhiệm vụ đã cho trở thành tự chủ, hay theo cách gọi của Norman và Shallice chuyển từ mức độ này sang mức độ khác – là thông qua thực tập. Logan khẳng định thực tập tạo ra kỹ năng khác nhau liên quan đến việc thực hiện nhiệm vụ trở thành phối hợp trong một đơn vị riêng lẻ. Chẳng hạn: sang số giống như một hành động đơn giản khi bạn lái xe thạo trong khi đối với người mới biết đi, phải cần nhiều thao tác khác nhau, phối hợp với nhau. Chúng ta thực tập một kỹ năng đã định càng nhiều thì những yếu tố khác nhau trong công việc càng "kết hợp" với nhau trong các đơn vị lớn hơn. Vì mỗi đơn vị có thể truy cập trực tiếp từ bộ nhớ, bằng một bước duy nhất, điều này có nghĩa công việc cần ít sự chú ý hơn.

Trái lại, Cheng (1985) cho rằng thực tập tạo ra quá trình tự chủ vì tạo ra sự tái cấu trúc nhận thức hoàn chỉnh về công việc: con người đi đến phân tích điều có liên quan hoàn toàn khác nhau và để nhận dạng những đơn vị khác nhau tham gia giải quyết công việc. Chẳng hạn một người viết tiểu luận thành thạo sẽ tưởng tượng cách viết tiểu luận theo nghĩa sắp xếp chủ đề quanh một luận điểm chính, trong khi người mới học viết chỉ chú trọng đến việc thu thập và viết thông tin. Điều này có nghĩa hoạt động của người cần kỹ năng trong công việc khác về chất lượng hoạt động của một người vừa mới học – không chỉ nhanh hơn mà còn phối hợp nhiều hơn.

Thử thách đối với mô hình khả năng hạn chế

Có một số chứng cứ thực nghiệm cho thấy đối với một người cần kỹ năng có

Bảng 2.4: Mức độ hoạt động chức năng chú ý

Mức 1 *Xỷ lý tự động toàn phần*	Xử lý thông tin được kiểm soát bằng kế hoạch nhập tâm hay giản đồ (xem Chương 5), có rất ít nhận thức rằng thông tin đang được giám sát. Bạn dễ bỏ qua màu sắc của xe buýt mà bạn đi mỗi ngày nhưng vấn đề bạn để ý nếu đột nhiên màu sắc thay đổi cho thấy rằng có một số sự giám sát tự động đang diễn ra.
Mức 2 *Xử lý tự động bán phần*	Thông tin vẫn được xử lý không có sự kiểm soát của ý thức, nhưng bao gồm nhiều giản đồ, và tranh giành sự chú ý. Chẳng hạn, nếu bạn đang trò chuyện với một người bạn khi đi xe buýt, bạn nhận thức sự chú ý của mình phân chia giữa nhu cầu trả tiền vé và tiếp tục cuộc chuyện trò. Mâu thuẫn này được giải quyết bằng quá trình gọi là **lập thời biểu tranh luận,** trong đó sự chú ý của bạn sẽ được phân phối xen kẽ nhưng nhanh chóng giữa hai tình huống, trôi chảy đến mức hầu như bạn không nhận biết được chúng.
Mức 3 *Kiểm soát cân nhắc*	Chú ý có ý thức dành cho kích thích, cho đến sự loại trừ các đầu vào ý thức khác. Họ cho rằng, chú ý này bao gồm hệ thống chú ý giám sát, ra quyết định và giải quyết mâu thuẫn trong những tình huống xa lạ và phức tạp.

Nguồn: Norman và Shallice, 1980

thể chú ý đến hai công việc khác nhau, nhưng hoàn toàn mang tính thử thách cùng lúc, trong các tình huống mà người mới nhận thấy không thể làm được. Trong nghiên cứu mẫu người đánh máy – nghe của Shaffer, người đánh máy phải đánh máy một đoạn văn bằng thứ tiếng mà cô không biết: tiếng Đức. Công việc này đòi hỏi sự chú ý, vì cách phát âm và hình dạng của từ hoàn toàn xa lạ đối với cô. Nhưng đồng thời, cô phải che bóng đoạn văn xuôi nghe qua phone. Người đánh máy thực hiện những công việc này vừa kết hợp vừa riêng biệt. Trong nghiên cứu khác, Allport, Antonis và Reynolds (1972) yêu cầu nghệ sĩ dương cầm có tài phải che bóng lời nói liên tục qua phone trong khi cùng lúc phải chơi bản nhạc xa lạ. Một lần nữa, những người tham gia nghiên cứu có khả năng thực hiện những công việc này cũng tốt như họ làm riêng lẻ từng công việc.

Trong cả hai minh họa này, công việc tham gia đều khác nhau, và những người tham gia đều có nhiều kỹ năng cơ khí trong công việc họ yêu cầu phải làm. Spelke, Hirst và Neisser (1976) cho rằng các nhà nghiên cứu mô hình khả năng hạn chế trong chú ý chọn lọc và phân chia đã không tính đến khả năng phát triển kỹ năng đặc biệt của mình. Khi khả năng học tập này được tính đến nghiêm túc thì mô hình năng lực chú ý hạn chế trở thành khá dư thừa.

Allport (1980) không những không thừa nhận quan điểm khả năng hạn chế mà còn toàn bộ quan điểm cho rằng có sự "chú ý" chung – mục đích duy nhất mà chúng ta sử dụng cho vài sự việc khác nhau. Thay vào đó, Allport lập luận có vài cơ chế xử lý chú ý khác nhau và sự can thiệp xảy ra chỉ khi chúng trùng lắp. Tuy nhiên, quan niệm này không được Eysenck (1984) thừa nhận trên cơ sở một số loại kiểm soát trung tâm là cần thiết, nếu chỉ phối hợp hành vi và nhận thức. Eysenck đề nghị rằng mô hình trí nhớ hoạt động do Baddeley và Hitch nêu ra, chúng ta xét đến trong chương sau, tượng trưng cho mô hình thích hợp để phối hợp sự chú ý. Nhưng một cách nhìn khác thay thế cũng được Neisser (1976) đề xuất trong lý thuyết nhận thức và nhận biết chung.

THUYẾT NHẬN THỨC CỦA NEISSER

Nhận xét rằng con người có thể học cách chú ý một vài sự việc cùng lúc là một nhận xét không dễ giải thích nếu theo mô hình bộ lọc hay mô hình khả năng hạn chế. Neisser (1976) xem chú ý như một hoạt động kỹ năng, không có hạn chế bất kể chúng ta chú ý nhiều đến mức nào. Như Spelke *và người khác* chứng minh, nếu thực tập chúng ta có thể mở rộng mức chú ý vẫn còn tỏ ra hiệu quả trong từng công việc.

Neisser lập luận rằng không cần phải bàn về việc lọc thông tin nằm ngoài nhận thức. Chúng ta liên tục bị bao vây bởi nguồn thông tin phong phú, đến từ mọi giác quan, chúng ta hiểu thông tin theo cách có ích nhất đối với mình. Ông cho rằng nếu chúng ta muốn giải thích tại sao một người nào đó chỉ chọn một quả táo trong cây táo trĩu quả thì chúng ta cũng không cần đưa ra bộ lọc ngăn họ việc hái tất cả quả táo trên cây: họ chỉ cần một quả họ muốn. Tương tự, chúng ta chọn những gì mình sẽ chú ý từ khối lượng những khả năng có thể. Sự chọn lựa của chúng ta trên cơ sở tình huống trực tiếp và dự đoán về những gì chắc chắn thích hợp với mình, con người không phải là người tiếp nhận thông tin thụ động, họ chọn điều mình chú ý vì họ chủ động trong thế giới và một số hạn mục thông tin liên quan với hoạt động này hơn hoạt động khác.

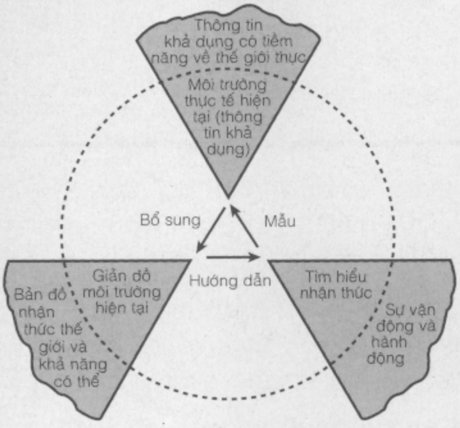
Neisser cũng xem nhận thức, kể cả chú ý như một hoạt động cần kỹ năng diễn ra qua thời gian chứ không phải quá trình giống như "bức ảnh chụp nhanh", tĩnh tại. Ông cho rằng nghiên cứu nhận thức trong tâm lý học truyền thống không tính đến điều này: họ đưa kích thích ra ngoài bối cảnh, cho rằng nó tĩnh tại và không đổi, sau đó mong đợi người tham gia nghiên cứu phản ứng với kích thích ấy theo cách giống như họ phản ứng với một điều gì đó có nghĩa trong đời sống hàng ngày. Neisser lập luận, bản chất nhận thức là một chu kỳ tích cực gồm những hoạt động nhận thức trực tiếp liên quan đến việc tìm ý nghĩa ở kinh nghiệm.

Chu kỳ nhận thức

Bản chất chu kỳ nhận thức là người tiếp nhận chủ động tham gia việc hình thành một hiểu biết động về thế giới, và hiểu biết này luôn thay đổi. Đây không phải là vấn đề tạo ra sự miêu tả tĩnh tại hay mô hình thế giới: mà là vấn đề xem nhận thức trong bối cảnh sinh thái, cũng như hữu dụng đối với con người, và đang được sử dụng. Vì điều này, nhận thức luôn thay đổi, không hề có hai hành động nhận thức thực sự diễn ra giống hệt nhau.

Neisser phần lớn theo lý thuyết nhận thức trực tiếp của Gibson: ít có sự không chắc về nhận thức trong việc hiểu thông tin, đối với hầu hết, vì mạng thị giác cung cấp nhiều thông tin hơn đối với người nhận thức. Người nhận thức lấy mẫu thông tin có sẵn – không chỉ là thông tin hình ảnh mà còn là thông tin từ các cơ quan nhận cảm khác, cũng như xúc giác và thính giác, thường kết hợp chúng để tìm hiểu ý nghĩa những gì đang diễn ra. Trong trường hợp kích thích hạn chế, như trong ảo giác hay kích thích hạn chế trong phòng thí nghiệm, mẫu có thể chắp vá, người nhận thức phải dựa vào giả định và qui tắc như chúng ta chứng kiến trong mô hình của Gregory. Mặc dù trong hầu hết trường hợp, luôn có nhiều thông tin khả

Hình 2.35 Thuyết nhận thức của Neisser


Thông tin khả dụng có tiềm năng về thế giới thực
Môi trường thực tế hiện tại (thông tin khả dụng)
Bổ sung
Mẫu
Hướng dẫn
Giản đồ môi trường hiện tại
Bản đồ nhận thức thế giới và khả năng có thể
Tìm hiểu nhận thức
Sự vận động và hành động

dụng hơn mức người nhận thức tiếp nhận: họ sẽ chú ý những phần thông tin thích hợp với mình.

Trong cả hai trường hợp, quá trình lấy mẫu không ngẫu nhiên: người nhận thức chủ động tìm hiểu thế giới nhận thức, chọn lọc thông tin liên quan và phớt lờ thông tin không quan trọng. Sự tìm hiểu nhận thức của chúng ta được hướng dẫn bằng những gì chúng ta nghĩ nên tìm kiếm cũng như những gì chúng ta đã tìm thấy: dựa trên một **giản đồ** tích cực, bản thân liên tục được điều chỉnh bằng kinh nghiệm. Giản đồ hướng dẫn sự tìm hiểu thế giới nhận thức của chúng ta, sự tìm hiểu dẫn chúng ta đến việc lấy mẫu một phần thông tin khả dụng và chính thông tin ấy bổ sung cho giản đồ (Hình 2.35).

Neisser xem sự kiện nhận thức trong đời thực liên quan đến một số giản đồ dự đoán khác nhau cùng lúc. Chẳng hạn: nếu nhìn thấy một ai đó mỉm cười, chúng ta hiểu ở nhiều mức khác nhau. Ở mức độ văn hóa – xã hội, chúng ta hiểu đó là tín hiệu có nguyên tắc kiềm chế phản ứng; ở mức độ cá nhân, chúng ta xem cười mỉm là một loại tử tế, yếm thế hay có lẽ vô nghĩa; ở mức độ giao tiếp chúng ta xem đó như một chỉ báo đến lượt mình phát biểu, và v.v… Đây là những minh họa chu kỳ nhận thức khác nhau mà chúng ta cùng tham gia: chu kỳ mở rộng qua lượng thời gian khác nhau, như chúng ta có thể nhìn thấy, kinh nghiệm quá khứ, tình huống hiện tại và hành vi tương lai liên kết không thể tách rời.

Điều này không có nghĩa là chúng ta chỉ nhận thức những gì mình đang mong đợi, vì thông tin chúng ta có được từ môi trường liên tục bổ sung và thay đổi điều chúng ta đang mong đợi. Nhưng điều này có nghĩa là chúng ta chuẩn bị nhận thức một số sự việc này hơn một số sự việc khác, trong một thời điểm bất kỳ. Về thực tế, sự kiện trong đời sống thực thường hoàn toàn không thể dự đoán được – thậm chí nếu một người hoàn toàn lạ mặt không mời mà đến, khi họ xuất hiện trước cửa chứ không phải đi vào nhà bằng cửa sổ hay vách tường, nhưng có một số sự cảnh báo về sự hiện diện của họ trước khi cánh cửa được mở ra thực sự. Nếu một người nào đó xuất hiện không hề có sự báo trước thì chúng ta sẽ rất lúng túng trước sự xuất hiện này. Mặc dù thí nghiệm trong phòng thí nghiệm, suy đoán sự việc từ bối cảnh. Như lời Neisser:

> *"Hầu hết các nhà tâm lý học đều không tin chuyện có ma, nhưng họ thường thí nghiệm với những tác nhân kích thích mang tính huyền bí. Điều này có thể là một sai lầm, ở mức độ ít nhất cũng tạo ra một tình huống đặc biệt".*
>
> (Neisser, 1976: 41)

Sau đó, chúng ta có thể thấy thuyết của Neisser có thể cung cấp một sự tổng hợp giữa các lý thuyết nhận thức từ trên xuống và từ dưới lên ra sao. Bằng việc nhấn mạnh đến nhận thức như một chu kỳ, chứ không phải là một hệ thống xử lý thông tin tĩnh tại, cả hai loại lý thuyết đều có nghĩa – như có thể hỗ trợ chứng cứ cho mỗi lý thuyết trong số này. Nhận thức là một quá trình phức tạp ở mọi mức độ: sinh lý, nhận thức, giữa cá nhân với nhau và xã hội – văn hóa. Chúng ta sẽ giải quyết nhận thức xã hội trong các chương sau vì đây là lĩnh vực xứng đáng dành trọn một chương đặc biệt. Mặc dù trong chương sau chúng ta xét đến khía cạnh khác trong hoạt động nhận thức: trí nhớ.

Từ khóa

Khả năng cung cấp. Trong thuyết nhận thức của Gibson khả năng hành động được một đối tượng đưa ra (như cây cung cấp khả năng cho sự leo trèo hay ẩn núp phía sau).

Mơ hồ. Có nhiều hơn một ý nghĩa có thể.

sự suy giảm. Sự suy yếu tín hiệu thường là một tín hiệu được xử lý theo nghĩa chú ý chọn lọc.

Hiệu ứng tự vận động. Ảo giác trong đó một điểm sáng tĩnh tại trong phòng tối được nhận thức đang chuyển động.

Sự chênh lệch hai mắt. Sự khác biệt trong hình ảnh võng mạc do hai mắt tiếp nhận – sử dụng như gợi ý phán đoán khoảng cách.

Lý thuyết từ dưới lên. Lý thuyết bắt đầu từ cấp độ dữ liệu có thể quan sát và cho thấy dữ liệu này phối hợp thành hình thức cấp cao ra sao.

Hiện tượng tiệc cocktail. Hiện tượng trong chú ý chọn lọc trong đó một người có thể chỉ chú ý cuộc trò chuyện trực tiếp nhưng không nhớ tên của riêng mình nếu được đề cập ở nơi khác.

Tế bào phức. Tế bào thần kinh tìm thấy trong vùng đồi thị gây ra phản ứng đối với những đoạn thẳng trong một chiều cụ thể, nằm bất kỳ nơi đâu trong thị trường.

Gợi ý chiều sâu. Một điều gì đó là dấu chỉ báo một vật thể ở cách bao xa.

Công việc lắng nghe phân đôi. Cách nghiên cứu chú ý chọn lọc bằng việc cùng lúc cung cấp thông tin khác nhau cho mỗi bên tai và yêu cầu lặp lại những gì vừa nghe.

Đơn vị tự điển. Một đơn vị nhận biết từ hay logogen, sử dụng trong các mô hình xử lý nhận thức.

Nhận thức trực tiếp. Quan niệm cho rằng hệ thần kinh được thiết kế để giúp chúng ta chọn lấy thông tin liên quan trực tiếp từ mạng thị giác không cần giải thích nhận thức phức tạp.

Sinh thái. Liên quan đến "đời sống thực" hay tình huống mỗi ngày trái với mô phỏng trong phòng thí nghiệm được hình thành nhân tạo.

Đơn vị nhận biết khuôn mặt. Đơn vị xử lý thông tin theo giả thuyết trong suy nghĩ tham gia việc nhận biết người quen qua khuôn mặt.

Phản ứng điện chậm qua da (GSR). Tính dẫn điện ở da thay đổi theo mức độ căng thẳng, vì thế sử dụng trong các kiểm tra phát hiện nói dối và những phương pháp đánh thức khác.

Ảo giác hình học. Ảo giác sử dụng các đường nét và hình vẽ hình học có tác dụng của chúng.

Gradient màu sắc. Gợi ý chiều sâu một mắt về việc màu sắc có vẻ mờ nhạt theo khoảng cách.

Tế bào siêu phức. Tế bào trong đồi thị kích thích phản ứng trước hình dạng hay tập hợp các đoạn thẳng đơn giản.

Nội quan. Nhìn vào "bên trong" để phân tích hay tìm hiểu tình trạng tâm thần, niềm tin hay quan điểm của một người.

Định luật Prägnanz. Một tập hợp các nguyên tắc nhận thức do các nhà tâm lý học Gestalt nhận dạng, qua đó, thông tin hình ảnh mang hình dạng và hình thức.

Gợi ý chiều sâu một mắt. Dấu chỉ báo một vật nào đó đang ở cách bao xa có thể được phát hiện chỉ bằng một mắt cũng rõ như hai mắt.

Thị sai chuyển động. Cách trường thị giác thay đổi cùng với sự di chuyển, vật thể đang ở cách xa có vẻ thay đổi vị trí ở mức độ khác hơn vật thể ở gần, khi người quan sát đang chuyển động.

Dư ảnh tiêu cực. Kinh nghiệm thị giác "nhìn" hình thức đối lập màu sắc hay hành động sau khi phơi bày trước một màu sắc hay chuyển động kích thích riêng lẻ trong thời gian dài.

Cột mắt vượt trội cột. Tế bào thần kinh tìm thấy trong vỏ não thị giác trong đó tế bào ở mỗi cấp phản ứng với cùng kích thích do cùng mắt tiếp nhận.

Mạng thị giác. Toàn bộ mẫu thông tin hình ảnh xuất hiện trên võng mạc mắt.

Sự bất biến nhận thức. Quá trình nhận thức một vật thể hay cảnh quan mang tính bất biến, không đổi bất kể sự khác biệt trong thông tin ánh sáng vật lý đến mắt.

Bảo vệ nhận thức. Quá trình qua đó vật thể hay sự kiện mang tính đe dọa hay không được hoan nghênh trong tiềm thức, ít được nhận thức hơn kích thích vô hại.

Bối cảnh nhận thức. Tình trạng sẵn sàng nhận thức một số loại kích thích này hơn là loại kích thích khác.

Giảm dần hoạt động. Sự giảm sút độ chính xác qua thời gian khi một cá nhân thực hiện công việc đòi hỏi phải duy trì sự chú ý.

Hiện tượng phi. Hiện tượng nhận thức trong đó kích thích rời rạc trình bày trong chuỗi diễn tiến nhanh được nhận thức là liên kết với nhau.

Nguyên mẫu. Minh họa điển hình của một khái niệm bao gồm mọi đặc điểm thích hợp.

Phác họa nguyên thủy thô. Giai đoạn đầu trong xử lý thông tin hình ảnh theo lý thuyết máy tính của Marr.

Xu hướng phản ứng. Xu hướng trả lời câu hỏi hay hành động theo cách được xã hội chấp nhận.

Giản đồ. Một khuôn khổ hay cấu trúc tâm thần xoay quanh trí nhớ, quan điểm, khái niệm và chương trình hành động luôn tồn tại ở một chủ đề cụ thể.

Công việc dò tìm tín hiệu. Quá trình sử dụng trong nghiên cứu duy trì sự chú ý trong đó đòi hỏi con người phải lưu ý hay phát hiện một tín hiệu nhỏ bất cứ khi nào.

Tế bào đơn giản. Tế bào trong đồi thị phản ứng với các đơn vị thông tin hình ảnh đơn giản chẳng hạn như dấu chấm hay đoạn thẳng nằm ở một nơi cụ thể trên hình ảnh võng mạc.

Công việc tách – phân. Phương pháp đánh giá chú ý chọn lọc trong đó trình bày hai tập hợp kích thích cùng lúc, mỗi bên tai một tập hợp, cá nhân phải chia đều sự chú ý ở hai tập hợp.

Sự chồng. Gợi ý chiều sâu một mắt trong đó hình ảnh của vật thể có vẻ làm mờ hình ảnh khác được nhận thức đang ở gần hơn.

Lý thuyết mẫu. Quan niệm cho rằng mẫu được nhận dạng bằng cách đối chiếu chúng với "dạng lý tưởng" hay mẫu được lưu trữ.

Ngưỡng phản ứng. Điểm ở đó kích thích trở nên đủ mạnh để tạo ra một phản ứng chỉ bằng 50% thời gian.

Lý thuyết từ trên xuống. Lý thuyết giải thích một số khía cạnh nhận thức chủ yếu theo nghĩa bối cảnh và ý nghĩa thông tin chung hơn là theo nghĩa thuộc tính kích thích.

Ảo giác. Hình ảnh thị giác đánh lừa hệ thống nhận thức đến mức được nhận thức thành một vật thể khác.

Hiệu ứng thác nước. Dư ảnh tiêu cực trong đó kinh nghiệm thị giác không đổi về chuyển động theo một chiều tạo ra dư ảnh chuyển động theo chiều ngược lại.

Tóm tắt

1. Nhận thức là quá trình giải thích kinh nghiệm nhận cảm. Chúng ta tự động có khuynh hướng tổ chức kinh nghiệm thị giác thành hình ảnh tương phản với phần nền. Mô hình nhận thức máy tính của Marr gợi ý tổ chức này diễn ra trong hệ thị giác ra sao.
2. Chúng ta sử dụng gợi ý chiều sâu một mắt và hai mắt để nhận thức khoảng cách. Thuyết nhận thức trực tiếp của Gibson đề cập đến những gợi ý này và chuyển động vật lý cho phép chúng ta giải thích thế giới quanh mình ra sao.

3. Giải thích nhận biết mẫu bao gồm lý thuyết phù hợp mẫu, lý thuyết nguyên mẫu và lý thuyết đặc điểm phân biệt. Lý thuyết từ dưới lên thể hiện cách tiếp cận đặc điểm phân biệt có thể áp dụng trong nhận biết từ.
4. Bối cảnh nhận thức là trạng thái sẵn sàng nhận thức một số sự việc này hơn là một số sự việc khác, là kết quả từ kiến thức, mong đợi và tình huống hiện tại. Thuyết nhận thức của Gregory cho rằng nhận thức sinh ra từ bối cảnh nhận thức và trắc nghiệm giả thuyết.
5. Quá trình nhận biết khuôn mặt bao gồm cả xử lý từ trên xuống và từ dưới lên. Nghiên cứu cho thấy một số cơ chế nhận thức khác nhau có thể tham gia trong nhận biết khuôn mặt.
6. Nghiên cứu duy trì sự chú ý nhận thấy giảm dần hoạt động qua thời gian được giảm bớt bằng những biến đổi tình huống, công việc và cá nhân, chịu ảnh hưởng của mức độ đánh thức theo thói quen ở cá nhân.
7. Nghiên cứu chú ý chọn lọc tạo ra lý thuyết bộ lọc và các mô hình khả năng hạn chế, nhưng nghiên cứu chú ý phân chia cho thấy bằng thực tập, có thể học cách chú ý cùng lúc nhiều sự việc, không thừa nhận mô hình khả năng hạn chế và tuyến riêng lẻ.
8. Neisser cho rằng nhận thức là một hoạt động chu kỳ cần kỹ năng phối hợp các yếu tố từ trên xuống và từ dưới lên. Giản đồ dự đoán hướng dẫn tìm hiểu nhận thức về môi trường, tạo ra việc lấy mẫu nhận thức thông tin khả dụng, đến lượt thông tin này ảnh hưởng đến giản đồ dự đoán.

Câu hỏi tự đánh giá

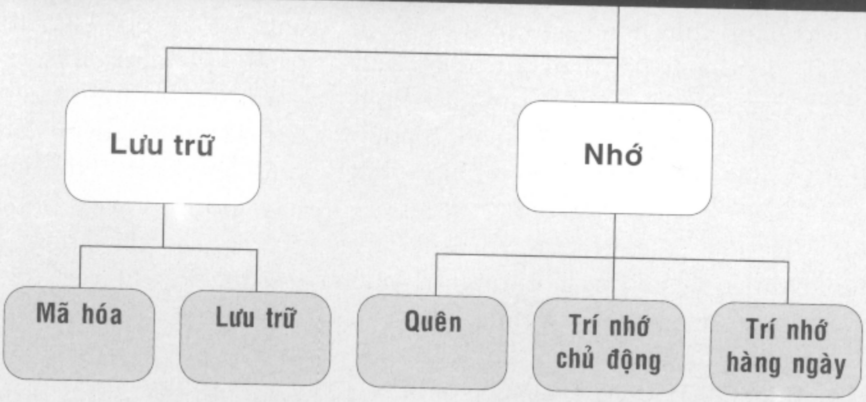
1. Có thể sử dụng gợi ý chiều sâu nào để giải thích ảo giác Ponzo?
2. Mô tả vắn tắt tiếp cận phù hợp mẫu đến nhận biết mẫu.
3. Phác họa các giai đoạn chính trong nhận thức cây cối theo Marr.

Câu hỏi thảo luận

1. Chúng ta có chứng cứ gì đối với quan niệm cho rằng nhận thức trên cơ sở hình ảnh mang tính bẩm sinh?
2. Lý thuyết nhận biết mẫu nào cho chúng ta biết về quá trình đọc?
3. Lý thuyết nhận thức từ dưới lên thực sự có giải thích nhận thức hay không? Cho ví dụ cụ thể

chương 3

Trí nhớ



Đối tượng nghiên cứu

3.1. Ebbinghaus và Bartlett

a. Phân biệt giữa các phương pháp được Bartlett và Ebbinghaus sử dụng để nghiên cứu trí nhớ

b. Giới hạn tình trạng trong phương pháp luận của Ebbinghaus

c. Nhận dạng thay đổi diễn ra với việc nhớ lại theo chuỗi

3.2. Mã hóa trí nhớ

a. Định nghĩa thuật ngữ chính trong nghiên cứu trí nhớ

b. Đánh giá lý thuyết trí nhớ hai quá trình

c. Nhận dạng kỹ thuật nhớ nổi tiếng

3.3. Lưu trữ trí nhớ

a. Phân biệt giữa trí nhớ dài hạn và ngắn hạn

b. Đánh giá lý thuyết trí nhớ hai quá trình

c. Chứng minh mức độ xử lý có thể áp dụng trong đời sống hàng ngày

3.4. Trí nhớ hoạt động

a. Liệt kê thành phần trí nhớ hoạt động

b. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết trí nhớ hoạt động

c. Mô tả nghiên cứu trí nhớ hoạt động

3.5. Hình thức trí nhớ dài hạn

a. Định nghĩa thuật ngữ về trí nhớ dài hạn

b. Liên hệ hình thức trí nhớ dài hạn với đời sống hàng ngày

c. Phân biệt trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa

3.6. Phục hồi

a. Mô tả nghiên cứu sự quên

b. Liệt kê lý thuyết sự quên

c. Nhận dạng yếu tố giảm thiểu sự quên

3.7. Trí nhớ như một quá trình chủ động

a. Định nghĩa thuật ngữ về trí nhớ như một quá trình nhận thức chủ động

b. Phác họa quá trình chuyện phiếm

c. Mô tả nghiên cứu trí nhớ chủ động

3.8. Trí nhớ trong đời sống hàng ngày

a. Định nghĩa thuật ngữ về trí nhớ hàng ngày

b. Mô tả khái niệm quan trọng trong nghiên cứu trí nhớ hàng ngày

c. Đánh giá phương pháp luận khác nhau trong nghiên cứu trí nhớ

Chúng ta luôn sử dụng trí nhớ trong sinh hoạt hàng ngày cũng như trong học tập. Hãy nhớ lại lần gần đây nhất bạn quyết định nghe băng nhạc ở nhà: hành động này bao gồm nhiều loại trí nhớ khác nhau, như việc nhớ lại tất cả các bước khác nhau trong việc điều khiển máy ghi âm (mở máy, đưa băng vào máy, v.v...), nhớ lại âm thanh hay loại âm nhạc bạn muốn nghe, nhớ lại dùng băng nào, hình dạng ra sao (không để ý đến việc nhận biết máy móc thích hợp), nhớ lại làm cách nào để không lãng phí băng, và v.v... danh sách liệt kê hầu như vô tận! Tuy nhiên chúng ta sử dụng những trí nhớ này hầu như hoàn toàn vô thức.

HAI TRUYỀN THỐNG TRONG NGHIÊN CỨU TRÍ NHỚ

Nghiên cứu trí nhớ có lịch sử lâu đời và quan trọng trong tâm lý học. Một trong số những nhà nghiên cứu trí nhớ đầu tiên là nhà tâm lý học nội quan Herman Ebbinghaus (1885) đã lập ra một truyền thống nghiên cứu tỉ mỉ khi nghiên cứu tâm lý học như một chủ đề thực nghiệm trong phòng thí nghiệm. Công việc của ông đã hình thành một phương pháp luận và tiếp cận có nhiều ảnh hưởng trong nghiên cứu trí nhớ cho đến thập niên 1970. Tuy nhiên, từ năm 1932 trở đi, một truyền thống nghiên cứu trí nhớ khác cũng ra đời, bắt đầu bằng công trình của Huân tước Frederick Bartlett. Bartlett nghiên cứu cách con người tìm hiểu ý nghĩa thông tin mà họ tiếp nhận, giá trị và quan điểm cá nhân ảnh hưởng ra sao đối với điều họ nhớ. Tiếp cận trí nhớ "đời thực" cũng có tác động của nó, sau cùng dẫn đến sự nhấn mạnh mới trong nghiên cứu trí nhớ hàng ngày trong những năm gần đây.

Tiếp cận của Ebbinghaus

Ebbinghaus xuất bản quyển sách viết về trí nhớ trên cơ sở nghiên cứu của chính ông trong năm 1885. Trong đó, ông mô tả chi tiết các phương pháp cực kỳ tỉ mỉ mà ông dùng để nghiên cứu trí nhớ, trong đó ông rất quan tâm đến việc kiểm soát càng nhiều khía cạnh kinh nghiệm khác nhau càng tốt. Đặc biệt ông quan tâm đến việc hình thành trí nhớ, vì thế ông quyết định nghiên cứu tài liệu "thuần tuý", không bị ảnh hưởng bởi kiến thức hay liên tưởng trước kia. Muốn thế, ông sử dụng **trigram** – âm tiết vô nghĩa gồm một phụ âm, kế đến là một nguyên âm, tiếp theo là một phụ âm khác. Những âm tiết vô nghĩa này giống như từ nhưng không có nghĩa cụ thể, sao cho không thể liên kết chúng với bất kỳ điều gì đã có trong suy nghĩ con người.

Sử dụng chính mình và trợ lý nghiên cứu làm đối tượng thí nghiệm, Ebbinghaus phát triển hệ thống phương pháp tìm hiểu âm tiết vô nghĩa, dành một khoảng thời gian chính xác để nhìn mỗi âm tiết trước khi chuyển sang âm tiết tiếp theo. Phương pháp kiểm tra là **dự đoán:** âm tiết vô nghĩa được viết trên các phiếu, trước khi lật sang phiếu khác ông cố gắng đoán kế tiếp sẽ là âm tiết gì. Khi cố nhớ toàn bộ danh sách các âm tiết vô nghĩa bằng sự dự đoán, Ebbinghaus nhận thấy họ đã thành công. Phương pháp này hình thành mẫu thí nghiệm cơ bản của ông nhưng ông cũng thay đổi nó theo nhiều cách khác nhau, cố tìm ra yếu tố nào ảnh hưởng hay cản trở đến việc học tập (xem Khung 3.1).

Mặc dù thuyết nội quan của Ebbinghaus bị phủ nhận do cách mạng thuyết hành vi, nhưng phần lớn khám phá của ông vẫn được xem là có giá trị trong nhiều thập niên sau.

Tiếp cận của Bartlett

"Người cha sáng lập" nghiên cứu trí nhớ nổi tiếng khác, Frederick Bartlett, nhấn mạnh trí nhớ là một quá trình chủ động chứ không phải là sự ghi chép sự kiện trong thực tế (Bartlett, 1932). Tất cả chúng ta đều có ấn tượng rằng trí nhớ đơn thuần

Khung 3.1 Sử dụng âm tiết vô nghĩa để nghiên cứu trí nhớ

Quyết định sử dụng âm tiết vô nghĩa để nghiên cứu trí nhớ "thuần túy" là một nghiên cứu kéo dài hơn 80 năm, trong quá trình định hình nghiên cứu tâm lý học vào khuôn khổ nhân tạo cực đoan.

Quan niệm cho rằng hình thức "thuần túy" trong quá trình nhận thức có thể tìm thấy có nguồn gốc triết học phức tạp. Một phần, bắt nguồn từ Descartes, với quan niệm của ông cho rằng cơ thể chủ yếu hoạt động chức năng như một cỗ máy, ngụ ý rằng quá trình hoạt động chủ yếu theo cách tương tự cho dù chất cơ bản là gì đi nữa. Một phần cũng bắt nguồn từ Aristotle, với lập luận rằng mọi vật thể khả tri đều có "hình dạng lý tưởng". Và nguồn gốc thứ ba bắt nguồn từ khái niệm khoa học – quan niệm cho rằng nghiên cứu có thể "mang tính khoa học" chỉ khi nào không có sự tham phần của con người nói chung – hay ít nhất, càng ít càng tốt.

Những giả định này, mặc dù thịnh hành trong lịch sử tâm lý học nhưng gây nhiều tranh luận. Nghiên cứu đặc điểm nhu cầu thí nghiệm tâm lý học cho thấy con người không ngăn chặn được con người chỉ vì họ hoạt động trong tư cách người tham gia thí nghiệm. Họ tiếp tục nghiên cứu, phát triển lý thuyết và suy nghĩ, quan niệm của họ về mục đích thí nghiệm và cách một đối tượng hợp tác nên hành động ra sao để sử dụng ảnh hưởng tác động đến những gì họ đang làm (Silverman, 1977). Nhiều nhà nghiên cứu chứng minh con người đã đưa ý nghĩa vào vật thể vô nghĩa ra sao – cho dù những vật thể này đơn thuần chỉ là những hình tam giác hay vòng tròn chuyển động vòng quanh trên một màn hình (Heider, 1944). Không có lý do nào để cho rằng âm tiết vô nghĩa có phần nào được loại trừ khỏi quá trình này – hầu hết chúng ta tìm thấy một số ý nghĩa hay một số sự giống nhau trong ý nghĩa, trong âm tiết vô nghĩa như 'VOB' hay 'ZID'.

Một vấn đề khác về tính giá trị khi tiến hành nghiên cứu nhận thức "thuần túy" phát sinh khi chúng ta nghiên cứu chức năng hoạt động của chính trí nhớ, và cách sử dụng trí nhớ trong đời sống hàng ngày. Con người có vẻ nhớ thông tin có ý nghĩa hoàn toàn khác với cách họ nhớ thông tin vô nghĩa. Chẳng hạn: một lập luận dựa trên mô hình khả năng hạn chế (7+/ - 2) về trí nhớ ngắn hạn là khi chúng ta chuyện trò với một người khác, chúng ta nhớ được hơn 7 mẩu thông tin trong trí nhớ ngắn hạn. Chúng ta chỉ có thể nhớ một số lượng thông tin vô nghĩa hạn chế nhưng một khi thông tin quan trọng theo chứng minh trong nghiên cứu của Morris *và người khác* (1981), chúng ta còn nhớ nhiều hơn nữa.

Tương tự, chúng ta sẽ hiểu được trong Chương 4, trước khi tài liệu, bối cảnh và mục đích là những yếu tố cần thiết điều khiển cách đọc, vì thế nghiên cứu con người nhớ được điều gì trong một đoạn văn hay câu đơn giản từ bối cảnh trong phòng thí nghiệm không chắc là một quá trình tương tự như quá trình xảy ra khi chúng ta đọc đoạn văn hay câu văn ấy trong sách hay tạp chí.

Vì thế, có vẻ cách chúng ta xử lý thông tin vô nghĩa hoàn toàn khác với cách chúng ta xử lý thông tin quan trọng. Trong hai trường hợp, việc tách tài liệu ra khỏi bối cảnh để kiểm soát những biến số ngoại sinh hay nghiên cứu một hình thức nhận thức "thuần túy" đều vô nghĩa.

là ghi lại những gì đã diễn ra. Nhưng Bartlett chứng minh rằng trong thực tế điều này lại khác. Thay vì đơn thuần "ghi âm" thông tin trong thực tế, thì chúng ta **tổ chức** trí nhớ của mình sao cho chúng phù hợp với mong đợi hay hiểu biết hiện có. Mặc dù mọi người đều làm công việc này, đôi khi đây là một trong những việc khó nhận biết nhất về bản thân vì nó mâu thuẫn với kinh nghiệm chủ quan của chúng ta. Tuy nhiên đôi khi, cho dù có cảm thấy chính xác đến đâu đi nữa, những gì chúng ta nhớ không phải là những gì đã xảy ra trong thực tế.

Bartlett phát triển một phương pháp kiểm tra trí nhớ con người đối với các sự kiện, giúp ông phân tích loại sai sót mà họ tạo ra. Phương pháp ông phát triển còn gọi là **tái tạo theo chuỗi,** bao gồm việc đọc hay nghe một câu chuyện, sau đó lặp lại ở mức càng nhiều càng tốt. Bạn cũng gặp vấn đề tương tự trong trò chơi "thầm thì Trung Hoa" trong đó một người nói khẽ một thông tin cho người khác, sau đó người này thầm thì cho người khác nữa và cứ thế. Khi hết thời gian qui định, sao cho mọi người có mặt đều thầm thì thông tin cho nhau thì trò chơi thay đổi toàn bộ.

Sử dụng phương pháp tái tạo theo chuỗi, Bartlett có thể nhận dạng nhiều loại thay đổi hệ thống ở con người khi xử lý tài liệu giống như câu chuyện. Những thay đổi này được liệt kê trong Bảng 3.1, chúng chứng minh cách chúng ta cố gắng tìm ý nghĩa từ kinh nghiệm – thật khó đối với chúng ta khi nhớ lại những gì không có nghĩa, vì thế phải điều chỉnh thông tin tiếp nhận cho đến khi có ý nghĩa. Nếu một từ ngữ mơ hồ hay không thích hợp, chúng ta nghĩ lẽ ra mình phải nghe một từ ngữ khác chứ không phải từ ngữ này, nên thay thế. Nếu có những chi tiết ngoại sinh không có vẻ quan trọng đối với câu chuyện, chúng ta sẽ loại bỏ chúng, và cứ thế.

Bảng 3.1 Thay đổi diễn ra với việc nhớ theo chuỗi

1. *Thay đổi tầm quan trọng*	Xu hướng tập trung vào một khía cạnh trong câu chuyện và làm cho khía cạnh ấy trở thành bộ phận quan trọng nhất, cho dù không phải quan trọng trong nguyên bản.
2. *Bóp méo tác động*	Nơi cảm nghĩ và phản ứng của riêng một người đối với câu chuyện tác động đến những gì họ nhớ.
3. *Tiến triển*	Ý nghĩa đoạn văn thay đổi dần dần, từ một tái tạo này sang một tái tạo khác.
4. *Rút ngắn*	Câu chuyện càng lúc càng rút ngắn, trong các phiên bản kế tiếp, chi tiết bỏ bớt, chi tiết này có khuynh hướng trở thành chi tiết không phù hợp với hiểu biết câu chuyện ở một người.
5. *Tính cố kết*	Thay đổi làm cho câu chuyện có nghĩa, bao gồm đưa ra tài liệu mới hay thay đổi chuỗi sự kiện.
6. *Tính quy ước*	Nơi chủ đề hay lời nói rập khuôn thường dùng thay thế câu văn ban đầu, đến mức câu chuyện ngày càng mang tính quy ước nhiều hơn, phù hợp với văn hóa và bối cảnh xã hội.
7. *Bỏ tên và con số*	Con số và tên riêng có khuynh hướng bỏ khi kể lại hay thay đổi thành những phiên bản quen thuộc hơn.

Nguồn: Bartlett, 1932

Cả Ebbinghaus lẫn Barlett đều đóng góp rất nhiều trong hiểu biết trí nhớ con người nhưng bằng nhiều cách khác biệt nhau. Như chúng ta thấy Ebbinghaus nghiên cứu trí nhớ "thuần túy" – trí nhớ không chịu ảnh hưởng bởi kinh nghiệm, quan điểm hay suy nghĩ – ông tập trung vào quá trình nhận thức trí nhớ được mã hóa, lưu trữ và truy cập bằng cách nào. Trái lại, Bartlett quan tâm đến cách chúng ta sử dụng trí nhớ trong đời sống hàng ngày, và kinh nghiệm, quan điểm, suy nghĩ tham gia ra sao trong việc định hình những trí nhớ này.

Nghiên cứu trí nhớ hiện đại vẫn còn phản ánh sự phân biệt này: một số nhà nghiên cứu, chẳng hạn như Baddeley và Atkinson đều quan tâm đến cấu trúc nhận thức và quá trình trí nhớ, trong khi những người khác, chẳng hạn như Loftus và Neisser quan tâm đến việc sử dụng, điều chỉnh trí nhớ như thế nào đối với kinh nghiệm con người. Chúng ta bắt đầu chương này bằng việc nghiên cứu phản ánh truyền thống đầu tiên, dưới dạng nghiên cứu mã hóa, lưu trữ và phục hồi trí nhớ, trước khi nghiên cứu nguồn gốc quan điểm cho rằng trí nhớ là một quá trình nhận thức chủ động, chịu ảnh hưởng của các yếu tố cá nhân cũng như sự kiện cụ thể.

MÃ HOÁ TRÍ NHỚ

Ebbinghaus cho rằng có ba quá trình cần thiết trong trí nhớ: **mã hóa, lưu trữ** và **phục hồi.** Mã hóa là quá trình thứ nhất: chúng ta cần tiếp nhận thông tin chúng ta sẽ nhớ và cần chuyển thông tin này thành hình thức có thể nhớ được. Như thế, chúng ta chuyển sang giai đoạn thứ hai, giai đoạn lưu trữ. Một trí nhớ không thể xem là nhớ trừ phi chúng ta lưu trữ nó trong một thời gian, nhưng cách chúng ta lưu trữ trí nhớ, và cách những lưu trữ này được cấu trúc ra sao là một vấn đề nhiều nhà tâm lý học đang nghiên cứu. Giai đoạn thứ ba trong trí nhớ là phục hồi – nếu không chứng minh rằng chúng ta đang nhớ thông tin thì cũng đáng ngờ liệu chúng ta có thực sự cho rằng mình đã nhớ hay không. Thực tế, khi nghiên cứu việc không nhớ – nghĩa là tại sao và bằng cách nào con người lại quên – cho chúng ta biết nhiều về quá trình phục hồi.

SỬ DỤNG KHỐI LƯỢNG VÀ CÁCH KHOẢNG

Quá trình mã hóa bao gồm việc thu thập thông tin và sau đó trình bày thông tin trong não. Khi chúng ta muốn tìm hiểu thông tin mới, một số cách đạt được thông tin tỏ ra hiệu quả hơn một số cách khác. Chẳng hạn, những nghiên cứu từ Ebbinghaus trở về sau nghiên cứu cách sử dụng thời gian học tập hiệu quả nhất để tối đa hóa lượng thông tin nhớ được. Nghiên cứu của họ chứng minh rằng một loạt khóa học thời gian ngắn hơn có hiệu quả hơn khóa học thời gian dài cho dù cả hai có thời gian học bằng nhau. Ngoài ra, nguyên tắc này – nguyên tắc **sử dụng cách khoảng** hiệu quả hơn **sử dụng khối lượng** áp dụng cho cả kỹ năng cụ thể lẫn việc tìm hiểu thông tin thực tế hay trừu tượng. Có vẻ như nếu chúng ta cho phép trí nhớ của mình có thời gian "ổn định" thì chúng ta nhớ được sự việc hiệu quả hơn.

Baddeley và Longman (1978) nghĩ ra thời gian khác nhau cho các khóa học dành cho nhân viên bưu chính học cách đánh máy mã số bưu chính (để phân loại chữ bằng thiết bị điện tử). Họ có 4 nhóm: nhóm thứ nhất mỗi ngày học hai đợt, mỗi đợt hai tiếng, nhóm thứ hai học một đợt mỗi đợt hai tiếng, nhóm thứ ba mỗi ngày học hai đợt, mỗi đợt một tiếng, và nhóm thứ tư mỗi ngày chỉ học một đợt, một tiếng. Họ nhận thấy nhóm thứ tư tiến bộ nhanh hơn các nhóm khác cho dù thời gian học ít hơn. Nhóm thứ hai và ba không tiếp thu nhanh như nhóm thứ tư, nhưng khá hơn nhóm thứ nhất, mặc dù nhóm thứ nhất có thời gian học nhiều nhất. Ngụ ý ở chỗ không phải khối lượng thời gian để học một kỹ năng là điều quan trọng mà là cách phân bố thời gian.

TÁC DỤNG VƯỢT TRỘI VÀ MỚI XẢY RA

Khía cạnh khác trong mã hóa trí nhớ bao gồm cách trình bày tài liệu. Nói chung Ebbinghaus được cho là có công khám phá tác dụng vượt trội và mới xảy ra, mặc dù điều này có thể không hoàn toàn chính xác. Scarborough và Furumoto (1987) mô tả cách họ được một nhà nữ tâm lý học Mary Calkins mô tả trong nhiều năm trước. Cho dù chúng bắt nguồn từ đâu di nữa, thì cũng là hiện tượng tác động mạnh trong trí nhớ, và chứng minh trong nhiều bối cảnh. Nói đơn giản, **tác dụng vượt trội** liên quan đến cách chúng ta thường nhớ rõ nhất thông tin dầu tiên thuộc loại chúng ta mới gặp và **tác dụng mới xảy ra** là cách chúng ta cũng nhớ rõ ràng hạng mục mới gặp gần đây nhất.

Murdock (1962) đưa cho xem một tập hợp 20 từ, một lần một từ, qui định nhìn mỗi từ trong một hay hai giây. Sau đó yêu cầu người khác viết ra số từ họ có thể nhớ được. Murdock nhận thấy hầu hết các từ mà người tham gia nghiên cứu nhớ được đều nằm ở vị trí đầu tiên hay sau cùng trong bảng liệt kê chứ không phải ở giữa. Hầu như người tham gia nào cũng nhớ được từ sau cùng! Nhưng những từ ở giữa bảng liệt kê thường dễ quên nhất.

Luchins, năm 1959, chứng minh tác dụng vượt trội có thể xảy ra với ấn tượng xã hội cũng như đối với bảng liệt kê từ. Người tham gia nghiên cứu được trao một mô tả học sinh tên là "Jim" sau đó yêu cầu họ mô tả "Jim" là người hướng ngoại hay hướng nội. Mô tả gồm hai phần, nhưng thứ tự của hai phần có thể đảo ngược. Hai phần mô tả như sau:

"Jim rời nhà để mua một số vật dụng văn phòng phẩm. Anh cùng hai người bạn đi trên con đường ngập nắng, vừa đi vừa tắm nắng. Jim bước vào cửa hiệu văn phòng phẩm đang đông nghịt người. Jim trò chuyện với một người quen trong khi chờ cô thư ký đưa hóa đơn. Lúc bước ra, anh dừng lại để tán gẫu với một bạn học vừa bước vào cửa hiệu. Rời cửa hiệu, anh bước về phía trường học. Từ trường học bước ra, anh gặp một cô bạn đã làm quen đêm trước. Họ nói chuyện ít lâu, sau đó Jim rời khỏi trường!"

"Sau khi tan học, Jim một mình bước ra khỏi lớp. Rời khỏi trường, anh bắt đầu cuốc bộ về nhà. Con đường vẫn ngập nắng. Jim bước đi bên phía có bóng mát trên đường, anh nhìn thấy cô gái xinh xắn đã quen vào tối hôm trước. Jim băng qua đường, bước vào một cửa hàng bánh kẹo. Cửa hàng đầy ắp học sinh, anh nhận thấy có một vài người quen thuộc. Jim im lặng chờ đợi cho đến khi nhân viên đứng quầy trao cho anh hóa đơn. Anh lựa một bàn khuất để ngồi uống nước. Khi uống xong anh về nhà".

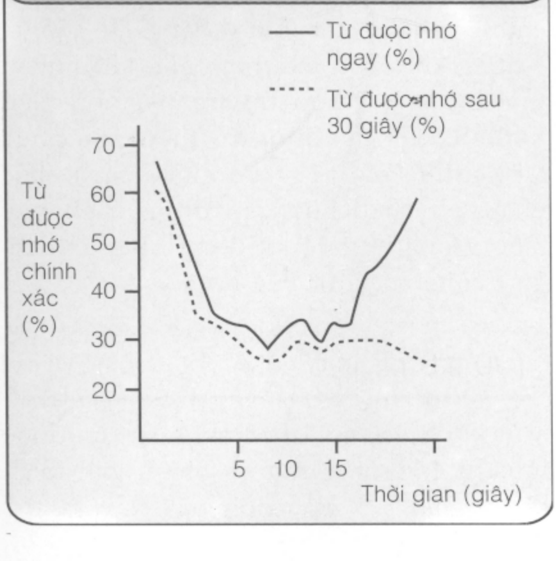
Một nhóm người tham gia nghiên cứu trước hết được phát cho mô tả "hòa đồng" giống như mô tả thứ nhất. Nhóm khác được phát mô tả giống như mô tả thứ hai, và hoán đổi. Luchins nhận thấy, mặc dù cả hai nhóm tham gia nghiên cứu sau cùng đều nhận thông tin như nhau nhưng có sự khác biệt đáng kể trong cách nhận xét nhân vật. Những người có mô tả hòa đồng lúc đầu cho rằng "Jim" là người hướng ngoại trong khi những người có mô tả "không hòa đồng" ban đầu mô tả anh là người hướng nội. Có vẻ tác dụng vượt trội quan trọng hơn bảng liệt kê từ: "ấn tượng đầu tiên" cũng được tính đến.

Một số giải thích được đề xuất để giải thích tác dụng vượt trội và mới gần đây. Một trong số này là quan điểm cho rằng chúng ta chú ý nhiều hơn đến một vài hạng mục đầu tiên trong bảng liệt kê vì chúng có giá trị mới lạ – nói cách khác, vì chúng mới đối với chúng ta. Giải thích khác đối với tác dụng mới gần đây phát xuất từ quan điểm cho rằng việc nhớ một số thông tin có thể ngăn cản trí nhớ của chúng ta đối với tài liệu khác. Mô hình này cho rằng chúng ta nhớ hạng mục gần đây tốt hơn vì thông tin không bị cản trở: không có gì xuất hiện sau nó, vì thế chúng ta không nhầm lẫn nó với bất cứ điều gì khác.

Có những giải thích khác, Glanzer và Cunitz (1966) cho rằng tác dụng vượt trội và mới gần đây là do các từ được phục hồi từ những lưu trữ trí nhớ khác nhau. Như chúng ta sẽ hiểu trong phần sau, nhiều (chứ không phải tất cả) nhà tâm lý học cho rằng chúng ta có hai loại lưu trữ trí nhớ khác nhau: trí nhớ ngắn hạn mau quên, chỉ kéo dài vài giây và lưu trữ dài hạn giữ được thông tin trong khoảng thời gian dài hơn. Glanzer và Cunitz cho rằng tác dụng vượt trội xảy ra vì từ ngữ được lưu trữ trong trí nhớ dài hạn,trong khi tác dụng mới gần đây là do từ ngữ được phục hồi từ trí nhớ ngắn hạn.

Trong một nghiên cứu khác, Glanzer và Cunitz (1966) phát cho người tham gia nghiên cứu các bảng liệt kê từ cần nhớ. Một nửa nhóm được yêu cầu phải nhớ từ ngay sau khi đọc, trong khi nửa nhóm kia nhớ trong 30 giây. Nhóm thứ nhất thể hiện tác dụng mới gần đây bình thường khi nhớ từ ngữ, nhưng nhóm thứ hai quên hết tất cả tác dụng mới gần đây (xem Hình 3.1). Glanzer và Cunitz xem điều này làm chứng cứ tác dụng mới gần đây quả thực phát xuất từ trí nhớ ngắn hạn: chậm hơn 30 giây đủ cho những trí nhớ ấy biến mất. Tuy nhiên, cũng có những giải thích khác đối với chứng cứ này, như khả năng thông tin khác, thâm nhập trí nhớ ngắn hạn trong thời gian 30 giây, ngăn cản trí nhớ gần đây nhất.

Hình 3.1: Suy nghĩ đứt quãng và theo chuỗi



MÃ HOÁ HÌNH ẢNH VÀ NGỮ NGHĨA

Một khi có được thông tin, thì thông tin phải được trình bày trong bộ não, đây là một phần trong giai đoạn mã hóa. Trong Chương 5, chúng ta khảo sát một số hình thức trình bày khác, nhưng một trong những phương pháp trình bày thông tin nổi tiếng nhất là hình ảnh nhận cảm chẳng hạn như tiếng hay hình ảnh. Như thế, giống như chúng ta "nghe" tiếng động hay "nhìn thấy" hình ảnh khi trí nhớ trở lại – trí nhớ ghi chép ưa thích chẳng hạn chắc chắn là trí nhớ được lưu trữ theo cách này. Các trí nhớ khác có thể được mã hóa theo những loại chức năng nhận cảm khác nhau – chẳng hạn mùi vị của chanh là mùi vị con người thường nhớ rõ ràng. Hay cảm giác khi lái chiếc 'Waltzer' trong hội chợ, là một loại trí nhớ chuyển động cơ thể.

Chúng ta sử dụng hình ảnh để phát triển kỹ thuật nhớ, gọi là **thuật nhớ.** Những kỹ thuật này rất hữu ích khi chúng ta có nhiều vấn đề cần nhớ. Raugh và Atkinson (1975) phát triển một hệ thống "từ khóa" để nhớ thông tin sử dụng **hình ảnh tâm thần.** Sử dụng kỹ thuật này, họ chứng minh rằng người tham gia nghiên cứu được yêu cầu học từ vựng bằng tiếng Tây Ban Nha thành công hơn những người học từ sử dụng cách lặp lại theo quy ước. Trong nghiên cứu của họ, người tham gia nghiên cứu được trao một bảng liệt kê các từ bằng tiếng Tây Ban Nha, và yêu cầu tưởng tượng một từ tiếng Anh có âm đọc tương tự. Chẳng hạn, từ Tây Ban Nha để gọi chiếc lều, *carpa*, âm đọc như 'carp' trong tiếng Anh. Đây là từ khóa. Một khi người tham gia nhận biết điều này, họ được yêu cầu tạo ra một hình ảnh liên kết từ khóa với nghĩa tiếng Anh của từ tiếng Tây Ban Nha. Vì thế họ hình thành một bức tranh tâm thần về con cá chép trong chiếc lều ở dưới đáy ao.

Người tham gia nghiên cứu được trao một bảng liệt kê gồm 60 từ Tây Ban Nha. Một nhóm người tham gia được yêu cầu học cách sử dụng phương pháp "từ khóa" trong khi nhóm khác không được hướng dẫn về cách sử dụng thuật nhớ. Những người áp dụng phương pháp "từ khóa" trung bình nhớ được 88% số từ trong khi nhóm kiểm soát trung bình chỉ nhớ được 28%. Ngụ ý là việc sử dụng hình ảnh như trình bày tâm thần tạo ra sự cải thiện ấn tượng trong trí nhớ.

Một cách chúng ta thường cho rằng loại người giàu hình ảnh mà họ đang sử dụng là do khuyết điểm họ mắc phải. Conrad (1964) sử dụng kỹ thuật này bằng cách đưa cho người tham gia nghiên cứu một bảng liệt kê nhiều chữ, yêu cầu họ nhớ các chữ vừa nhìn thấy. Mặc dù hầu hết người tham gia nghiên cứu có thể nhớ đúng nhưng thường sai sót khi có khuynh hướng thay thế một chữ nghe quen quen – như J thay cho K, hay T thay cho B. Kết luận là họ sử dụng hình ảnh âm hưởng học chứ không phải hình ảnh thị giác. Nhưng nếu một người tham gia viết chữ C thay vì chữ O, có lẽ họ sử dụng hình ảnh thị giác. Bạn thấy rằng thật lý thú khi tìm hiểu mình thích sử dụng loại mã hóa nào hơn bằng việc tìm kiếm sai sót khi nhớ số điện thoại hay thông tin tương tự.

Những kỹ thuật ôn lại như thế dựa vào sự sắp xếp thông tin sử dụng **mã hóa ngữ nghĩa** – nói cách khác, sử dụng biểu tượng để trình bày ý nghĩa thông tin. Có một số chứng cứ cho thấy trình bày biểu tượng thậm chí hữu dụng hơn hình ảnh tâm thần khi chúng ta cố gắng tìm hiểu sự việc. Bower (1972) yêu cầu người tham gia nhớ bảng liệt kê các đôi từ. Một nhóm được yêu cầu nhớ các đôi từ bằng việc hình thành hình ảnh tâm thần liên kết cả hai, như hình dung một chiếc giày rớt vào một máng sơn đối với đôi từ "giày – sơn". Nhóm khác được yêu cầu sử dụng mã hóa ngữ nghĩa (mã hóa theo ý nghĩa) hình thành một câu liên kết các đôi, như "cô ấy mang giày bước vào vũng sơn". Nhóm thứ ba được yêu cầu hình dung vật thể cách biệt nhau trong không gian hơn là nối kết chẳng hạn như hình dung một chiếc giày trong một cửa hàng giày và một máng sơn bên vách tường. Bower nhận thấy nhóm sử dụng mã hóa ngữ nghĩa nhớ các đôi từ nhiều nhất, tiếp đến là nhóm sử dụng hình ảnh nối kết. Những người sử dụng hình ảnh không nối kết nói chung không nhớ các đôi từ.

Có những khác biệt trong loại trình bày tâm thần mà con người thích sử dụng, mặc dù mỗi chúng ta đều có thể sử dụng mỗi loại ở mức độ nào đó. Kuhlman (1960) so sánh trẻ sử dụng hình ảnh thị giác để lưu trữ trí nhớ với trẻ cùng độ tuổi sử dụng trí nhớ biểu tượng. Khi phải nhớ hình dạng và hình ảnh không quen thuộc, trẻ sử dụng hình ảnh thị giác cho thấy nhớ nhiều hơn trẻ sử dụng trình bày biểu tượng. Trẻ trình bày biểu tượng giúp chúng nhận biết hình dáng dễ dàng. Nhưng khi phân loại hình ảnh khác nhau thành các tập hợp thì trẻ mã hoá biểu tượng có lợi thế. Lưu trữ thông tin phức tạp, có thể nối kết theo nhiều cách khác nhau, có vẻ dễ hơn sử dụng trình bày biểu tượng, nhưng sử dụng hình ảnh thị giác cũng có vị trí của nó.

LƯU TRỮ TRÍ NHỚ

Một khi thông tin được mã hóa, cần được lưu trữ. Người ta đưa ra nhiều giải thích khác nhau về quá trình này xảy ra thế nào và trí nhớ được cấu trúc ra sao. Trong phần này, chúng ta sẽ xét đến ba lý thuyết hiện hành nổi tiếng nhất về cách hoạt động của trí nhớ. Thứ nhất là lý thuyết trí nhớ hai quá trình, đôi lúc cũng được gọi là **mô hình cấu trúc** trí nhớ. Thứ hai là sự không thừa nhận mô hình cấu trúc, còn gọi là tiếp cận **cấp xử lý.** Và thứ ba là mô hình **trí nhớ hoạt động** đưa ra một tiếp cận thay thế quan điểm lưu trữ trí nhớ ngắn hạn.

LÝ THUYẾT TRÍ NHỚ HAI QUÁ TRÌNH

Lý thuyết trí nhớ hai quá trình đã có lịch sử lâu đời. Năm 1890, William James nhận xét rằng chúng ta có vẻ có nhiều loại trí nhớ. Ông lập luận có trí nhớ bình thường, kéo dài nhưng cũng có trí nhớ nhanh chóng, trực tiếp, có vẻ biến mất rất nhanh, và chỉ cho phép chúng ta nhớ lại sự việc khi nào cần đến. James cho rằng cả hai đều là quá trình nhớ hoàn toàn khác nhau, như thế ông đưa ra sự phân biệt được nhiều người chấp nhận trong nghiên cứu trí nhớ suốt 90 năm sau

Quan niệm cho rằng có hai loại lưu trữ trí nhớ tách biệt và khác nhau là một lợi thế giải thích nhiều chứng cứ thực nghiệm. Loại lưu trữ trí nhớ thứ nhất mà các nhà nghiên cứu cho rằng kéo dài chỉ vài giây gọi là **trí nhớ ngắn hạn** hay **STM.** Lưu trữ trí nhớ khác giữ thông tin trong thời gian dài hơn - trong nhiều ngày, nhiều tháng hay thậm chí nhiều năm, vì thế còn gọi là **trí nhớ dài hạn** hay **LTM.**

Hai loại trí nhớ có vẻ có đặc điểm hoàn toàn khác nhau. Chẳng hạn không có giới hạn có thể quan sát về số lượng thông tin có thể lưu trữ trong trí nhớ dài hạn. Nhưng trí nhớ ngắn hạn chỉ lưu trữ một lượng thông tin nhỏ. Điều này được chứng minh khi sử dụng **trắc nghiệm dải nhớ chữ số,** trong đó một liệt kê chữ số – chữ hay con số – đọc cho người tham gia nghiên cứu nghe, sau đó yêu cầu họ lặp lại. Trắc nghiệm này gọi là trắc nghiệm dải nhớ chữ số, khi được nhận thấy rằng số lượng chữ số mà một người có thể nhớ được trong một vài giây theo cách này cho thấy có sự tương quan vừa phải với chỉ số IQ, nên trắc nghiệm được kết hợp với nhiều trắc nghiệm IQ.

Năng lực và phối hợp

Mô hình hai quá trình tạo ra nhiều nghiên cứu hoạt động của trí nhớ ngắn hạn và dài hạn. Năm 1956, Miller công bố thuyết trình nổi tiếng mang tên *The Magical Number Seven, plus or minus Two: some limits on our capacity for processing information.* Trong thuyết trình này, ông đề cập thông tin được giữ bao lâu trong trí nhớ ngắn hạn. Dựa vào chứng cứ nghiên cứu, Miller chứng minh rằng giới hạn thông thường của lưu trữ trí nhớ ngắn-hạn là 7 đơn vị. Nói cách khác, hầu hết mọi người có thể nhớ một chuỗi lên đến 7 chữ số hay chữ chứ không nhiều hơn. Tuy nhiên con số này dao động thêm bớt 2 đơn vị: một số người có dải nhớ chữ số đến 9, một số là 5, nhưng đa số nằm ở khoảng giữa 5 hoặc 9. Chỉ có những người ngoại lệ mới có dải nhớ chỉ số cao đến 10 hay thấp ở mức 4.

Miller cho rằng chỉ có con số có "khấc" sẵn có hạn trong trí nhớ ngắn hạn. Nếu thông tin bổ sung tiếp tục đưa vào trí nhớ ngắn hạn nó sẽ thay thế thông tin hiện có, sẽ biến mất trên cơ sở vào trước quên trước. Chỉ có 7 hạng mục thông tin gần đây nhất nằm trong trí nhớ ngắn hạn trong một thời điểm bất kỳ. Nhưng câu hỏi quan trọng là điều gì cấu thành một đơn vị thông tin? Vì thông tin không phải lúc nào cũng là chữ số: Miller chứng minh rằng chúng ta có thể tăng số lượng nhớ trong trí nhớ ngắn hạn bằng cách phối hợp thông tin thành những đơn vị có nghĩa. Vì thế, chẳng hạn một chuỗi chữ cái như:

M-P-I-B-M-S-T-D-B-T-B-B-C-I-T-V-C-H-4

sẽ vượt quá giới hạn của trí nhớ ngắn hạn, nhưng nếu chúng ta phối hợp chúng thành:

MP-IBM-STD-BT-BBC-ITV-CH4

thì ít nhất với người Anh điều này dễ nhớ hơn nhiều. Bằng cách phối hợp thông tin thành những đơn vị có nghĩa đối với chúng ta, chúng ta sẽ mở rộng khả năng nhớ rất nhiều. Điều này cũng giúp trí nhớ ngắn hạn thực hiện chức năng của mình: lưu trữ thông tin trực tiếp sử dụng trong sinh hoạt hàng ngày nhưng không cần phải nhớ chẳng hạn như con số hay lời hướng dẫn nhất thời.

Mã hóa và thay thế

Nghiên cứu của Conrad (1964) cho thấy chúng ta ban đầu tìm kiếm quan tâm đến việc mã hóa trí nhớ ngắn hạn. Bằng việc nghiên cứu sai sót ở con người khi cố nhớ các hạng mục, Conrad có thể nhận dạng loại lưu trữ họ đang sử dụng. Chẳng hạn, nếu một người phạm lỗi khi nói "tám" thay vì "ba", thì ngụ ý rằng họ đang sử dụng mã hóa thị giác. Âm của các chữ khác nhau nhưng chữ nhìn gần giống nhau. Nếu họ nói "năm" thay vì "chín", thì biểu thị họ đang mã hóa thính giác, vì con số trông khác nhau nhưng phát âm giống nhau. Conrad nhận thấy khi người ta nhớ các hạng mục đối với trí nhớ ngắn hạn thì họ có khuynh hướng mã hóa chữ bằng âm thanh (như tiếng động). Khi họ nhớ các hạng mục đối với trí nhớ dài hạn, rất có khả năng họ lưu trữ thông tin theo thị giác (như hình ảnh).

Quan niệm cho rằng trí nhớ ngắn hạn bao gồm mã hóa âm thanh phù hợp với quan niệm cho rằng mã hóa này là lưu trữ nhất thời, ngắn hạn, thông tin mau biến mất và nhanh chóng được thông tin mới thay thế. Nếu một người nói chuyện với bạn trong khi bạn đang cố nhớ số điện thoại thì chắc chắn bạn quên số điện thoại, và thậm chí phải tìm lần nữa. Thông tin mới (lời nói) thay thế thông tin trước đây (số điện thoại). Thực ra, nếu chúng ta muốn giữ thông tin trong trí nhớ ngắn hạn thì sẽ ngăn cản sự thay thế diễn ra bằng cách lập đi lập lại thông tin trước. Điều này gọi là **ôn lại**.

Ôn lại là một kỹ thuật rất nguy hiểm, nếu chúng ta gặp phải sự cản trở thì quên thông tin trong trí nhớ ngắn hạn ngay lập tức. Điều này được chứng minh thuyết phục trong một loạt nghiên cứu của Brown, năm 1958 và cũng của Peterson và Peterson, năm 1959. Các nhà nghiên cứu sử dụng phương pháp tương tự, nhưng lúc này gọi là **kỹ thuật Brown-Peterson,** bao gồm việc yêu cầu người tham gia phải nhớ âm tiết vô nghĩa, giống như âm tiết Ebbinghaus sử dụng, đến 20 giây một lần. Trong thời gian này, yêu cầu người tham gia đếm ngược, đọc lớn tiếng, sao cho không thể ôn lại âm tiết vô nghĩa.

Các nhà nghiên cứu cho thấy lượng thông tin con người có thể giữ được trong trí nhớ ngắn hạn trong những điều kiện này tùy thuộc trực tiếp vào thời gian trễ. Họ có thể kiểm soát thông tin trong một vài giây, nhưng sau 18 giây, họ chỉ nhớ được 1/10 thông tin. Peterson và Peterson cho rằng điều này xảy ra vì sự lần theo trí nhớ đã bị hỏng, nhưng các nhà nghiên cứu khác, nhất là Reitman (1974) cho rằng điều này xảy ra vì thông tin mới thay thế âm tiết vô nghĩa trước đây. Vì trí nhớ ngắn hạn có khả năng hạn chế như thế, nên thông tin mới bất kỳ đi vào sẽ xua đuổi thông tin cũ, là lời giải đáp những gì đã diễn ra.

Waugh và Norman (1965) tiến hành một nghiên cứu khác về **thay thế** trí nhớ ngắn hạn. Họ đọc cho những người tham gia nghiên cứu nghe một bảng liệt kê gồm 11 hay 12 con số, sau đó phát cho mỗi người một con số "thăm dò". Người tham gia phải cho biết con số thăm dò có nằm trong bảng liệt kê họ vừa nghe hay không. Waugh và Norman nhận thấy vị trí từ trong bảng liệt kê rất quan trọng: người ta chỉ nhớ các số càng gần ở cuối bảng liệt kê, nói chung ít có khả năng nhớ các con số đầu tiên.

Waugh và Norman giải thích chứng cứ này khi chứng minh thông tin trong trí nhớ ngắn hạn liên tục được thay thế ra sao. Vì khả năng hạn chế, thông tin mới ùa vào thay thế thông tin cũ. Trong một nghiên cứu khác, Sternberg (1966) cho rằng trong nghiên cứu "thăm dò", mỗi hạng mục trong trí nhớ ngắn hạn lần lượt được kiểm tra cho đến khi phát hiện một hạng mục mới. Sternberg tính lượng thời gian chính xác cần thiết để nhận dạng liệu một chữ số thăm dò cụ thể có nằm trong bảng liệt kê họ vừa nghe hay không, và nhận thấy thời gian sẽ thay đổi từ 400 đến 700m/ giây, tùy theo số hạng mục có trong trí nhớ ngắn hạn. Nếu một người nhớ nhiều hạng mục thì họ mất thời gian lâu hơn khi nhớ một vài hạng mục.

Mô hình Atkinson và Shiffrin

Các nhà nghiên cứu khác tiếp tục phát hiện rằng trí nhớ ngắn hạn có vẻ phần lớn được sử dụng trong suy nghĩ tích cực và lệ thuộc nhiều vào sự ôn tập. Năm 1968, Atkinson và Shiffrin đề xuất một phiên bản chính thức về lý thuyết hai quá trình không chính thức mà các nhà nghiên cứu sử dụng trong gần cả thế kỷ. Họ cho rằng khi thông tin đến đầu tiên, sẽ được lưu trữ nhận cảm ngắn hạn tiếp nhận, thường kéo dài chưa đầy một giây. Lưu trữ này phản ứng với thông tin – để lại ấn tượng âm thanh hay hình ảnh thị giác – nhưng thông tin nhanh chóng biến mất, chỉ có một phần nhỏ tiếp tục chuyển vào trí nhớ ngắn hạn.

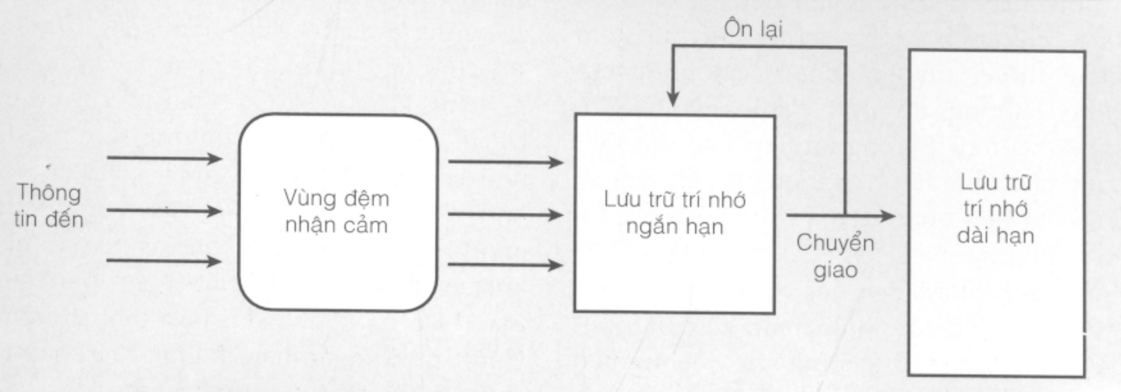
Một khi đã vào trí nhớ ngắn hạn, thông tin phải được ôn lại nếu muốn được nhớ, và có thể bị thay thế dễ dàng như chúng ta chứng kiến. Nhưng phần quan trọng trong mô hình Atkinson và Shiffrin là ở chỗ họ cho rằng trí nhớ ngắn hạn hoạt động như giai đoạn đầu trong lưu trữ trí nhớ dài hạn. Theo mô hình của họ, thông tin đi vào qua lưu trữ trí nhớ ngắn hạn, và được chuyển thành trí nhớ dài hạn bằng sự ôn lại. Mô hình này kiểm soát để mang lại nhiều chứng cứ nghiên cứu khác nhau và giải thích tại sao sự ôn lại có tầm quan trọng như thế (Hình 3.2).

Mô hình trí nhớ Atkinson và Shiffrin có một vài tên gọi. Đôi khi được gọi là **lý thuyết trí nhớ hai quá trình** (lưu trữ nhận cảm không phải là một quá trình nhận thức vì nó hoàn toàn thụ động). Đôi khi, được mô tả là **mô hình chức năng** trí nhớ, vì mỗi lưu trữ bao gồm một chức năng khác nhau trong việc trình bày thông tin. Đôi khi được gọi là **mô hình cấu trúc** trí nhớ vì nhấn mạnh đến quan điểm cấu trúc nhận thức trong hình thức lưu trữ cụ thể, cũng như cơ sở giải thích hoạt động của trí nhớ.

Vấn đề trong lý thuyết trí nhớ hai quá trình

Morris (1982) lập luận rằng vấn đề chính trong tiếp cận trí nhớ hai quá trình là không giải thích chức năng chung của trí

Hình 3.2: Mô hình ngôn ngữ hai quá trình



nhớ đối với cá nhân. Chẳng hạn, quan điểm cho rằng trí nhớ ngắn hạn chỉ có khả năng hạn chế không phải là vấn đề trong nghiên cứu phòng thí nghiệm, nơi mọi người được yêu cầu nhớ một bảng liệt kê các từ hay câu ngắn. Mặc dù trong đời sống hàng ngày, chúng ta giải quyết thông tin liên quan nhiều hơn, không xảy ra như những bit rời rạc, vô nghĩa, mà là một phần trong toàn bộ chuỗi tương tác. Tham gia trò chuyện và lắng nghe người khác nói chẳng hạn cũng bao gồm việc sử dụng trí nhớ ngắn hạn, nhưng vào những lúc này chúng ta cần giữ lại nhiều hơn 7 hạng mục thông tin cùng lúc – chúng ta thực hiện hoàn toàn thành công.

Tìm hiểu lời nói có ý nghĩa gì lại đặt ra những thử thách khác đối với mô hình này. Quan niệm được mọi người chấp nhận, như chúng ta đã thấy, là cho rằng trí nhớ ngắn hạn lệ thuộc vào mã hóa âm thanh đơn giản. Tuy nhiên giải mã lời nói đòi hỏi phải phân tích ngữ nghĩa, khi chúng ta phát triển ý nghĩa của từ, lẫn phân tích cú pháp khi chúng ta xét đến sự sắp xếp ngữ pháp và trật tự từ đang được sử dụng. Những hoạt động này là hình thức mã hóa phức tạp hơn việc giải thích bằng mô hình lưu trữ trí nhớ ngắn hạn khả năng hạn chế, hoạt động trên cơ sở mã hóa âm thanh.

Vấn đề khác trong lý thuyết trí nhớ hai quá trình do Atkinson và Shiffrin đề xuất liên quan đến việc trình bày trí nhớ ngắn hạn như một giai đoạn đầu tiên xử lý thị trường trước khi chuyển đến trí nhớ dài hạn. Nếu đúng như thế, chúng ta nghĩ rằng thông tin giai đoạn hai, phức tạp hơn – thông tin ngữ nghĩa, phải có ý nghĩa và ngụ ý trong tài liệu – sẽ cần thời gian phục hồi lâu hơn thông tin âm vị học vốn chỉ liên quan đến âm thanh trong lời nói. Nhưng Ball, Wood và Smith (1975) tiến hành **phân tích đối chứng** (phân tích nhiều nghiên cứu khác nhau về cùng một hiện tượng) chứng minh dữ liệu nghiên cứu từ các công trình khác nhau biểu thị rằng thông tin ngữ nghĩa có thể phục hồi từ bộ nhớ cũng nhanh chóng như thông tin âm vị. Một số nghiên cứu mẫu lâm sàng về người bị chấn thương hay tổn thương não thể hiện trí nhớ ngắn hạn rất kém, nhưng họ nhớ các công việc thuộc trí nhớ dài hạn bình thường, giống như nhớ một câu chuyện ngắn. Nếu trí nhớ ngắn hạn là giai đoạn đầu của trí nhớ dài hạn thì chúng ta sẽ nghĩ rằng trí nhớ dài hạn sẽ bị ảnh hưởng.

Theo mô hình Atkinson và Shiffrin, **sự ôn lại** (lặp đi lặp lại thông tin) là cách chuyển thông tin từ trí nhớ ngắn hạn vào trí nhớ dài hạn. Tuy nhiên, nhiều nhà nghiên cứu không thừa nhận quan niệm này trên cơ sở sự ôn lại sẽ trở thành một chiến lược rất tồi đối với việc ghi nhớ nếu so sánh với các kỹ thuật khác. Ý kiến này được hỗ trợ qua nghiên cứu của Bekerian và Baddeley (1980), khảo sát con người nhớ tần số phát thanh mới do đài BBC ở Anh giới thiệu vào cuối thập niên 1970 ra sao. Bất kể việc quảng cáo quá nhiều của đài BBC (hầu hết mọi người đều nghe thông tin mới hàng trăm lần), nhưng họ vẫn không nhớ, cho thấy sự ôn lại thụ động hoàn toàn không thích hợp khi chuyển thông tin vào trí nhớ dài hạn.

Tuy nhiên vấn đề khác ở lý thuyết trí nhớ hai quá trình phát xuất từ nghiên cứu tổn thương não, Shallice và Warrington (1970) nghiên cứu một người tên là K.F bị tai nạn mô tô rất nặng lúc khoảng 20 tuổi. Tai nạn đã gây tổn thương ở vùng đỉnh chẩm trong não (chúng ta sẽ nghiên cứu các vùng ở não chi tiết hơn trong Chương 10), anh ta phải phẫu thuật não. Khi trắc nghiệm, 11 năm sau anh ta mới có lưu trữ trí nhớ dài hạn bình thường, nhưng dải nhớ chữ số chỉ còn ở mức 2, và cực kỳ khó khăn khi lặp lại sự việc vừa kể cho anh ta nghe. Nói cách khác có vẻ hầu như anh ta không còn trí nhớ ngắn hạn nữa, mà chỉ còn trí nhớ dài hạn bình thường. Nếu trí nhớ ngắn hạn là giai đoạn đầu để chuyển thông tin sang trí nhớ dài hạn, theo lập luận của Atkinson và Shiffrin, điều này không phải là có thể.

Lý thuyết trí nhớ hai quá trình có nhiều khuyết điểm, là khuôn khổ trong đó nghiên cứu trí nhớ diễn tiến trong hơn 90 năm, nhưng trong nhiều cách, lý thuyết không thể nhận thức sự khác biệt như một lý thuyết dư thừa. Morris (1982) chỉ rõ phần lớn chứng cứ nghiên cứu, như mã hóa âm thanh, tìm kiếm và thay thế chuỗi được nghĩ là những dấu chỉ báo trí nhớ ngắn hạn khác với trí nhớ dài hạn về chất lượng, có thể được hiểu một minh họa xử lý trí nhớ hời hợt hay thụ động, vì thế không thể được xem là chứng cứ hiển nhiên đối với lý thuyết trí nhớ hai quá trình.

LÝ THUYẾT CẤP ĐỘ XỬ LÝ

Kết quả của những chỉ trích về lý thuyết trí nhớ hai quá trình này, nhiều nhà nghiên cứu bắt đầu tự hỏi thực ra liệu có cần thiết để phân biệt hay không. Wickelgren (1974) cho rằng từ chứng cứ khả dụng, có thể có ý nghĩa hơn khi xem trí nhớ là một lưu trữ riêng biệt, nhưng với một số hạng mục thông tin được lưu trữ "chắc chắn hơn" số hạng mục khác, và một số hành động quên diễn ra bởi vì thông tin khác đang gây trở ngại. Quan điểm này kết nối trực tiếp với mô hình trí nhớ mà chúng ta sẽ xét trong phần sau: quan điểm cho rằng sự khác nhau hiển nhiên trong lưu trữ trí nhớ thật sự là một sản phẩm phụ của việc xử lý thông tin ban đầu ra sao.

Năm 1972, Craik và Lockhart cho rằng lý do giải thích tại sao chúng ta nhớ sự việc trong những khoảng thời gian khác nhau không phải vì chúng ta đặt sự việc vào những lưu trữ trí nhớ khác nhau mà vì chúng ta hoàn toàn không cản trở việc xử lý thông tin chúng ta được tiếp nhận để giữ lại ngắn hạn. Các nhà nghiên cứu luôn chứng minh rằng thông tin được tiếp nhận bằng cách thụ động không được lưu giữ tốt như thông tin chúng ta tác động, hoàn thiện và suy nghĩ – nói cách khác, thông tin chúng ta xử lý có nhận thức. Thông tin quan trọng đối với chúng ta trong một số cách sẽ được xử lý nhiều: chúng ta nghĩ về nó, phát triển ý nghĩa của nó dưới dạng các sự kiện khác trong đời sống của mình, nghiên cứu nó ở nhiều góc độ khác nhau và v.v..., nhưng ai gây trở ngại bằng một chuỗi chữ số? Sự việc không quan trọng được quên hầu như ngay lập tức, sự việc khá quan trọng được chúng ta nhớ lâu hơn một chút, sau đó cũng quên, trong khi thông tin thực sự quan trọng sẽ ở lại trong thời gian rất dài.

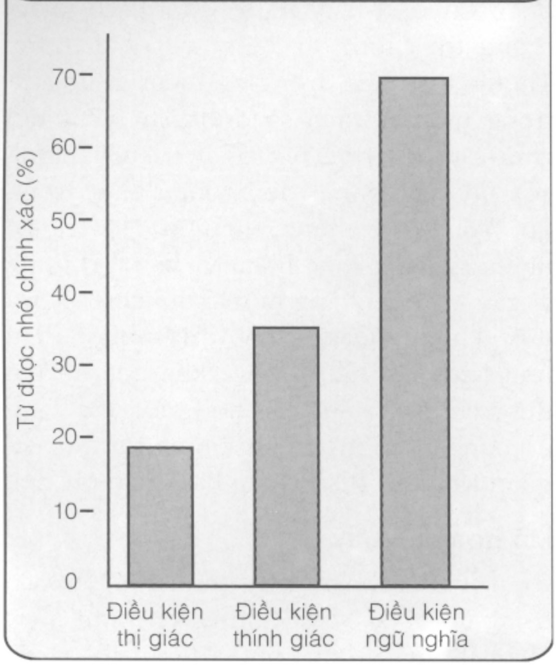
Mã hóa và xử lý

Craik và Lockhart tiến hành nghiên cứu trong đó họ so sánh những kỹ thuật khác nhau để mã hóa trí nhớ. Người tham gia nghiên cứu nhìn từ sau đó trả lời nhiều câu hỏi khác nhau, nhưng không yêu cầu họ học hay nhớ từ ngữ vừa nhìn thấy. Một nhóm được hỏi về loại hình ảnh thị giác họ vừa nhìn thấy, chẳng hạn "chữ đó có viết hoa hay không?" nhóm thứ hai được hỏi về mã hóa thính giác, chẳng hạn "chữ đó có âm giống từ "chuột" hay không?" còn nhóm thứ ba được hỏi về mã hóa ngữ nghĩa, chẳng hạn "anh ta rớt..." câu đó có phù hợp không?".

Bạn nhận thấy từ mỗi điều kiện trong số này đều bao gồm lượng "công việc" tâm thần khác nhau mà người tham gia nghiên cứu phải thực hiện. Trong câu hỏi thị giác, họ chỉ mô tả những gì mình nhìn thấy, nhưng với câu hỏi thính giác họ phải chuyển đổi thông tin thị giác họ tiếp nhận thành một điều gì đó giống như hình ảnh âm thanh, còn với câu hỏi ngữ nghĩa họ phải suy nghĩ từ có nghĩa gì. Vì thế mỗi loại câu hỏi đều bao gồm một lượng xử lý nhận thức khác nhau.

Khi yêu cầu người tham gia nhớ lại các từ về sau này, các nhà nghiên cứu nhận thấy sự khác biệt đáng kể giữa các điều kiện. Nếu xử lý nhận thức nhiều hơn thì

Hình 3.3 Nhớ lại sau nhiều cấp độ xử lý khác nhau



người tham gia nghiên cứu càng nhớ lâu hơn. Kết quả của nghiên cứu được cung cấp trong Hình 3.3 nhưng vấn đề nó biểu hiện là vấn đề đơn giản như yêu cầu người khác tưởng tượng một từ có âm đọc ra sao cũng có thể làm cho họ nhớ từ ấy sau này lâu hơn.

Craik và Lockhart giải thích chứng cứ của mình theo **cấp độ xử lý** – mức độ hay số lượng xử lý nhận thức đối với tài liệu. Thông tin bạn không xử lý rất dễ bị quên: mô tả đơn giản một chữ trông giống điều gì trong khi bạn nhìn chữ ấy theo cách giải quyết thông tin thụ động, vì không cần phải suy nghĩ nhiều về chữ ấy. Hình dung một từ phát âm ra sao nếu đọc lớn tiếng ít ra cũng làm bạn suy nghĩ xử lý thông tin từ đầu vào thị giác chuyển thành hình ảnh thính giác, trong khi suy nghĩ về ý nghĩa của từ ngữ – để cho biết từ ngữ có nghĩa hay không – thậm chí khiến bạn xử lý thông tin nhiều hơn nữa.

Vì thế những người tham gia nghiên cứu của Craik và Lockhart trong điều kiện thính giác nhớ nhiều từ ngữ hơn đơn thuần là vì họ phải xử lý thông tin nhiều hơn những người được hỏi từ ấy trông giống cái gì. Những người tham gia nghiên cứu phải suy nghĩ ý nghĩa của từ ngữ thậm chí còn nhớ nhiều hơn nữa vì ý nghĩa là một cấp độ xử lý sâu hơn, cho chúng ta biết mã hóa ngữ nghĩa thông tin có thể là một lợi thế đặc biệt khi cần nhớ lại thông tin ấy về sau này – rất hữu ích đối với học sinh ôn thi!

Craik và Lockhart phân biệt giữa hai loại quá trình nhận thức. Loại I là lặp lại thuộc lòng và họ cho rằng cách này thực sự là cách không hiệu quả khi cố nhớ sự việc. Muốn hiệu quả là kỹ thuật thụ động, chỉ đòi hỏi xử lý thông tin hời hợt . Trái lại, xử lý Loại II là phân tích tài liệu tìm ý nghĩa và nhận dạng ngụ ý. Họ lập luận đây là hình thức học tập hiệu quả hơn, không những hiểu biết tài liệu sâu sắc mà còn giúp nhớ thông tin lâu hơn.

Xử lý và nhận thức

Trong ý nghĩa nào đó, tùy theo lý thuyết cấp độ xử lý, trí nhớ là một sản phẩm phụ: điều thực sự quan trọng về cách xử lý thông tin đầu tiên và chúng ta nhớ được thông tin ấy bao lâu hay nhớ tốt ra sao bắt nguồn từ lý thuyết ấy. Mô hình này thích hợp với mô hình chu kỳ nhận thức của Neisser (1976) chúng ta đã xét trong Chương 2, giúp chúng ta hiểu được nhiều vấn đề khó hiểu khác nhau về trí nhớ, giống như cách cảm xúc, động cơ thúc đẩy và quan điểm ảnh hưởng đến trí nhớ của chúng ta.

Morris *và người khác* (1981) nghiên cứu cổ động viên đá banh cuồng nhiệt, và nhận thấy họ nhớ lại tỉ số bàn thắng nhiều hơn người không phải là cổ động viên. Theo lý thuyết cấp độ xử lý, điều này diễn ra vì họ xử lý thông tin đầy đủ hơn. Họ làm cho thông tin thích hợp với điều mình đã biết và suy nghĩ về ngụ ý của thông tin đối với các nhóm khác. Nhóm không thích đá banh trái lại chỉ tiếp nhận thông tin thụ động, nói chung không xử lý nhiều. Chúng ta trở lại nghiên cứu này ở cuối chương, khi xem trí nhớ như một quá trình chủ động.

Vấn đề trong tiếp cận cấp độ xử lý

Nhiều nhà nghiên cứu chỉ trích mô hình cấp độ xử lý trí nhớ với nhiều lý do khác nhau. Một số bảo vệ sự ôn lại như một chiến lược nhớ. Như chúng ta chứng kiến, đây không phải là kỹ thuật hoàn hảo để nhớ lại thông tin dài hạn. Nhưng Glenberg, Smith và Green (1977) chứng minh trong một số trường hợp, có thể cải thiện nhận biết kích thích. Nói cách khác, ôn lại thông tin giúp bạn có khả năng nhận biết thông tin nếu bạn gặp lại thông tin ấy, nhưng không phải để nhớ cho chính mình. Glenberg *và người khác* cho rằng điều này không thừa nhận lý thuyết cấp độ xử lý vì chứng minh rằng thông tin vẫn được nhớ trong một số hình thức. Nhưng các nhà nghiên cứu khác lập luận rằng điều này thực sự không diễn ra vì mô hình cấp độ xử lý thực ra đề cập bộ nhớ dưới hình thức nhớ lại, và nhận biết là một hình thức nhớ hời hợt nhiều hơn.

Eysenck (1979) chứng minh rằng thông tin dễ phân biệt hay đặc biệt hơn là thông tin được nhớ nhiều hơn. Ông cho rằng không phải cấp độ xử lý là những vấn đề quan trọng như thế mà liệu việc xử lý có đòi hỏi cá nhân giải quyết thông tin đặc biệt hay không. Đôi khi quan điểm này được đề xuất như sự thách thức trực tiếp đối với lý thuyết cấp độ xử lý, nhưng Craik và Lockhart không hề cho rằng tất cả xử lý Loại II có giá trị tương đương. Khái niệm cấp độ của họ ngụ ý rằng có một dải rộng gồm nhiều cách sâu hơn hay hời hợt hơn, và chứng cứ của Eysenck ủng hộ quan điểm ấy.

Mặc dù tiếp theo sau quan điểm này, Eysenck (1986) cho rằng suy nghĩ đơn giản về trí nhớ theo cấp độ xử lý là quá thiển cận. Ông lập luận rằng, cấp độ xử lý không thể giải thích cho tính khả biến trong việc nhớ lại thông tin, mặc dù giải thích một số tính khả biến khác. Eysenck cho rằng có ít nhất bốn yếu tố để nhớ hiệu quả: tính chất công việc, loại tài liệu phải nhớ, kiến thức của một người về lĩnh vực liên quan, và cách trắc nghiệm hoạt động trí nhớ. Các nhà tâm lý học khác cũng muốn bổ sung điều này vào danh sách – ông bỏ bối cảnh thông tin xã hội và ghi nhớ tuy nhiên chẳng hạn, yếu tố này cũng rất quan trọng – nhưng vấn đề cũng đủ mức hợp lý.

Tuy nhiên chúng ta đánh giá cao yếu tố này ra sao tùy thuộc những gì chúng ta suy nghĩ về mô hình cấp độ xử lý đang cố gắng đạt đến. Trong khi một lý thuyết trí nhớ toàn diện cần giải quyết mọi vấn đề này thì nguyên tắc chung cho rằng cấp độ xử lý trong chứng cứ nghiên cứu phải là cách hữu dụng hơn khái niệm lưu trữ trí nhớ ngắn hạn và dài hạn đặc biệt không được thừa nhận qua những ý kiến phê bình này.

Có lẽ ý kiến phê bình quan trọng nhất do Baddeley đề xuất năm 1978. Baddeley chỉ trích mô hình cấp độ xử lý trên cơ sở cho rằng khái niệm cấp độ mang tính tuần hoàn, thực sự không đi đến đâu. Lý thuyết phát biểu rằng tài liệu được xử lý nhiều sẽ được nhớ lâu hơn, nhưng cũng tác động ngược lại: nếu chúng ta nhận thấy tài liệu được nhớ lâu thì chúng ta phải lập luận rằng tài liệu ấy được xử lý sâu! Điều này làm cho lý thuyết rất khó kiểm chứng và Baddeley không thừa nhận lý thuyết vì những lý do này.

Bất chấp vấn đề ở khái niệm cấp độ, nhiều nhà tâm lý học cảm thấy rằng tiếp cận cấp độ xử lý giải quyết nhiều vấn đề. Một mặt, đây là lý thuyết năng động, xem trí nhớ như một quá trình chứ không phải là tập hợp những lưu trữ thụ động. Mặt khác, thuyết có khả năng cung cấp sự liên kết ý nghĩa giữa trí nhớ và các lĩnh vực khác trong tâm lý học nhận thức – chẳng hạn có thể kết nối với mô hình nhận thức của Neisser và giúp chúng ta hiểu được khi nào hình ảnh thị giác hiệu quả trong học tập và khi nào không được hiệu quả như thế.

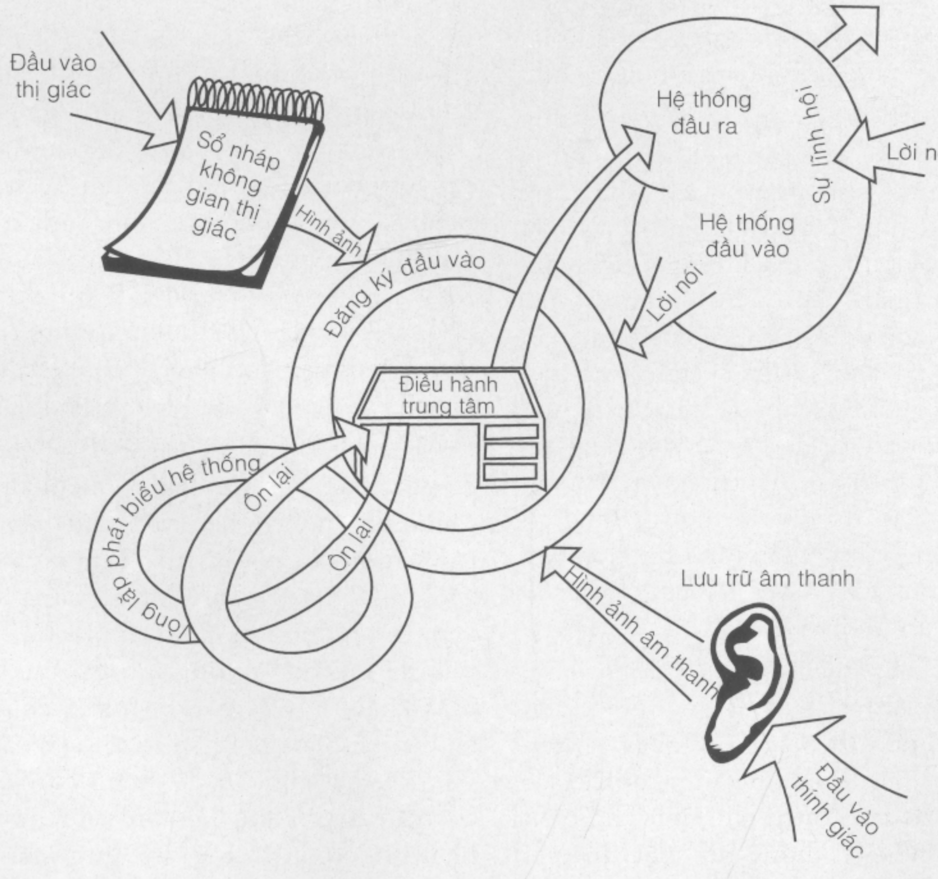
MÔ HÌNH TRÍ NHỚ HOẠT ĐỘNG

Mô hình trí nhớ năng động khác được Baddeley và Hitch đề xuất năm 1974. Họ đưa ra một mô hình thay thế quan điểm cổ điển về lưu trữ trí nhớ ngắn hạn, được miêu tả trong lý thuyết của Atkinson và Shiffrin, thay vào đó lập luận rằng cách hữu ích hơn là phải suy nghĩ về trí nhớ trực tiếp như một loại **trí nhớ hoạt động**, sử dụng để giải quyết một vấn đề hay một tập hợp thông tin cụ thể, một vấn đề kết hợp với khuôn khổ bộ nhớ truy cập ngẫu nhiên trong máy tính. Mô hình như thế cần giải thích chứng cứ nghiên cứu trước kia về trí nhớ ngắn hạn, nhưng có thể chính xác hơn khi giải thích những tác dụng này diễn ra thế nào.

Điều hành chính

Hitch (1980) cho rằng trí nhớ hoạt động bao gồm **điều hành chính** mục đích chung, giải quyết hầu hết các loại thông tin và nhiều hệ thống phụ khác nhau (xem Hình 3.4) điều hành chính sử dụng cho các công việc đòi hỏi nhận thức, cần phải chú ý nhiều điều này giống như khái niệm lưu trữ trí nhớ ngắn hạn trước đây được xem chỉ có khả năng hạn chế, vì thế không thể xử lý nhiều thông tin cùng một lúc. Mặc dù, không giống trí nhớ ngắn

Hình 3.4: Mô hình trí nhớ hoạt động

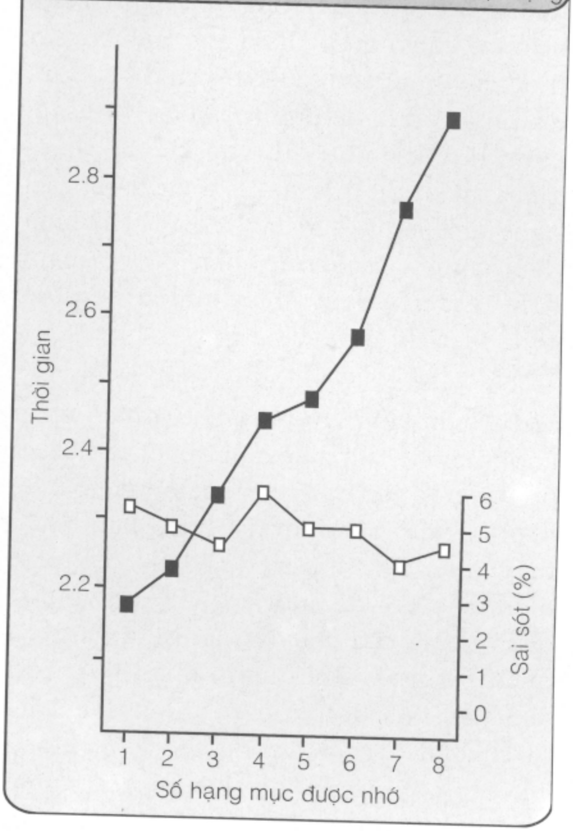

Đầu vào thị giác
Sổ nháp không gian thị giác
Hình ảnh
Đăng ký đầu vào
Điều hành trung tâm
Hệ thống đầu ra
Sự lĩnh hội
Lời nói
Hệ thống đầu vào
Lời nói
Vòng lặp phát biểu hệ thống
Ôn lại
Ôn lại
Lưu trữ âm thanh
Hình ảnh âm thanh
Đầu vào thính giác

hạn, nhưng đây không phải là một lưu trữ thụ động mà chính là một cơ chế nhận thức chủ động.

Lưu trữ trí nhớ ngắn hạn thụ động chỉ đơn thuần nắm giữ thông tin, nhưng một trí nhớ hoạt động thực sự thường giải quyết và xử lý thông tin mà cá nhân chú ý trong một thời điểm sẽ bao gồm nhiều công việc, cách giám sát thông tin và một số chọn lọc thông tin cần được chú ý nhiều nhất. Quyền điều hành trung ương sẽ là một phần trong hệ thống ra những quyết định này.

Một nghiên cứu do Baddeley mô tả năm 1986, nghiên cứu con người thành công ra sao khi thực hiện một công việc lập luận và trắc nghiệm dải nhớ chữ số cùng lúc. Công việc lập luận bao gồm việc trình bày hai chữ, A hay B, trong cả hai thứ tự, sau đó đánh giá phát biểu chúng nằm trong thứ tự nào. Một số công việc rất đơn giản, chẳng hạn cho một người xem chữ B, sau đó là A, sau đó phát biểu "A tiếp theo B". Những công việc khác phức tạp hơn chẳng hạn như cho một người xem chữ A, sau đó là B, rồi phát biểu "B không đứng trước A". Hình 3.5 cho thấy nếu phải nhớ nhiều con số hơn thì thời gian tìm lời đáp cho vấn đề càng lâu hơn. Cho dù những người tham gia nghiên cứu phải mất thời gian nhiều hơn, nhưng vẫn ở mức độ sai sót như nhau. Quan trọng nhất, họ vẫn còn có thể làm cả hai công việc, ngụ ý rằng trí nhớ hoạt động là một hệ thống động có thể điều chỉnh để giải quyết nhiều loại thông tin khác nhau chứ không phải là một lưu trữ thụ động.

Hình 3.5 Nhiệm vụ cùng lúc trong trí nhớ hoạt động



Những thành phần khác trong trí nhớ hoạt động

Những thành phần khác trong hệ thống trí nhớ hoạt động được xem là những hệ thống không quan trọng được quyền điều hành trung ương dụng cho mục đích cụ thể. Chứ không phải là trí nhớ trực tiếp đang nằm ở nơi lưu trữ, như mô hình lưu trữ trí nhớ ngắn hạn đề xuất, khái niệm trí nhớ hoạt động là một loại tóm tắt tất cả hệ thống trí nhớ khác nhau được sử dụng trong một công việc đã cho. Vì thế, chẳng hạn muốn hiểu lời nói, chúng ta sử dụng điều hành chính nhưng cũng có hệ thống phụ thị giác giúp giải quyết thông tin không phải bằng lời nói, một hệ thống đầu vào giúp chúng ta giải quyết âm thanh những từ được nói, và có lẽ một hệ thống giúp chúng ta ghi lại từ đã nghe, phối hợp chúng với những thông tin đang tiếp nhận.

Một thành phần trong mô hình trí nhớ hoạt động này được mô tả như **sổ nháp không gian – thị giác** – một loại hệ thống mã hóa tiếp nhận đầu vào và mã hóa thành hình ảnh thị giác hay không gian. Trong đó, mã hóa không gian có vẻ quan trọng hơn – hay ít nhất, Baddeley và Lieberman (1980) nhận thấy rằng người ta thường sử dụng mã hóa không gian nhiều hơn mã hóa thị giác trong tiếp nhận thông tin ban đầu. Trong một nghiên cứu, họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu thực hiện một công việc thị giác – so sánh độ sáng của hai khu vực được chiếu sáng cùng lúc với một khu vực không gian – giám sát sự du đưa của quả lắc bằng cách nghe âm thanh quả lắc tạo ra. Họ nhận thấy công việc không gian có vẻ mạnh hơn, ở chỗ nó can thiệp nhiều hơn vào công việc thị giác.

Từ nhận xét này, Baddeley và Lieberman kết luận rằng mặc dù sổ nháp không gian – thị giác giải quyết cả hai xử lý thị giác lẫn không gian nhưng xử lý không gian quan trọng hơn. Bạn nhận thấy điều này thú vị khi liên kết quan điểm này với đề xuất của Gibson về tầm quan trọng của chuyển động thị giác, và quan điểm xem hệ thống nhận thức chủ yếu tiến hóa để phục vụ động vật đang di chuyển tích cực trong thế giới. Trong bối cảnh ấy, sẽ có ý nghĩa nếu hệ thống trí nhớ hoạt động chủ yếu liên quan đến xử lý không gian.

Thành phần thứ ba trong hệ thống trí nhớ hoạt động là **vòng lặp phát biểu có hệ thống,** bao gồm một loại tiếng nói bên trong, như thể từ ngữ đang được nói thầm, được xem liên kết mật thiết với việc hình thành lời nói bình thường. Vòng lặp phát biểu có hệ thống sử dụng để tăng số lượng mà quyền điều hành trung ương có thể lưu trữ, bằng việc sử dụng cách ôn lại đầu vào bằng lời nói. Baddeley, Thomson và Buchanan trong năm 1975 nhận thấy từ càng ngắn hơn có thể lưu trữ và ôn lại trong bộ nhớ hoạt động nhiều hơn là các từ dài. Họ kết luận rằng vòng lặp phát biểu có hệ thống hoạt động trên cơ sở âm tiết chứ không phải cả từ.

Quan niệm về vòng lặp phát biểu có hệ thống có thể sử dụng để tìm hiểu ý nghĩa chứng cứ thực nghiệm trước đây, có vẻ thể hiện sự ôn lại quan trọng ra sao đối với trí nhớ ngắn hạn. Theo Eysenck (1984), việc đè nén hoạt động của vòng lặp phát biểu có hệ thống bằng cách yêu cầu người tham gia nghiên cứu lặp lại những từ thốt ra như 'the' hay 'hi-ya' sẽ tạo ra sự suy giảm dải nhớ đáng kể (thường được xem là lệ thuộc vào sự ôn lại thông tin). Mô hình trí nhớ hoạt động cho thấy sự ôn lại như thế diễn ra trong vòng lặp phát biểu có hệ thống chứ không phải ở điều hành trung ương.

Hitch và Baddeley (1976) yêu cầu người tham gia nghiên cứu giải quyết những công việc lập luận bằng lời nói trong khi cùng lúc lặp lại một chuỗi chữ số quen thuộc: " 1, 2, 3, 4, 5, 6". Quan niệm cho rằng sự lặp lại các số tạo ra sự đè nén có hệ thống, bằng cách thực hiện vòng lặp phát biểu có hệ thống, trong khi công việc lập luận bằng lời nói cuốn hút điều hành trung ương. Họ nhận thấy những người tham gia nghiên cứu kiểm soát cả hai nhiệm vụ khá dễ dàng, nhưng không phải lúc họ thay thế một chuỗi số ngẫu nhiên thay cho một chuỗi số quen thuộc. Trong điều kiện ấy, người tham gia thực hiện tệ hơn thấy rõ trong nhiệm vụ lập luận bằng lời nói, người ta cho rằng điều này là do việc nhớ lại con số ngẫu nhiên liên quan đến điều hành trung ương, vì thế không thể hoàn toàn dành hết cho nhiệm vụ lập luận và khả năng trở nên quá tải.

Năm 1990, Baddeley đề xuất vòng lặp phát biểu có hệ thống thực sự có hai thành phần: một lưu trữ âm vị học trực tiếp liên quan đến nhận thức lời nói và một quá trình vòng lặp phát biểu có hệ thống liên kết với việc tạo ra lời nói. Vì lưu trữ âm vị học là đặc điểm chính của bộ phận trí nhớ hoạt động này, nên được đổi tên thành **vòng lặp âm vị học**. Eysenck (1995) đề cập đề xuất này đã giúp các nhà nghiên cứu tìm thấy ý nghĩa trong nhiều chứng cứ thực nghiệm khác nhau, chẳng hạn như chứng cứ ở bệnh nhân lâm sàng, P.V, có dải nhớ không bị ảnh hưởng bởi sự đè nén có hệ thống. Eysenck cho rằng điều này có thể vì kích thích đi trực tiếp vào lưu trữ âm vị học, đi vòng qua quá trình kiểm soát hệ thống.

Lưu trữ âm thanh là một thành phần chính trong hệ thống trí nhớ hoạt động, có vẻ bao gồm mã hóa thông tin âm thanh trực tiếp, độc lập với vòng lặp phát biểu có hệ thống, do Baddeley *và người khác* (1975) đề xuất, chứng minh rằng thông tin được trình bày dưới dạng âm thanh không chịu ảnh hưởng bởi sự đè nén vòng lặp phát biểu có hệ thống. Đè nén vòng lặp phát biểu có hệ thống chỉ có vẻ ảnh hưởng đến thông tin được trình bày dưới dạng thị giác. Điều này cũng giải thích chứng cứ của Levy (1971), cho rằng nếu người tham gia nghiên cứu trải qua sự trình bày thính giác và thị giác cùng lúc (vừa nhìn vừa nghe thấy chữ), sự đè nén hệ thống thực sự tạo ra sự khác biệt trong cách hoạt động hiệu quả của họ.

Nghiên cứu khác do Baddeley và Lewis tiến hành năm 1981, cho người tham gia nghiên cứu xem một loạt từ vô nghĩa. Một số từ này là từ đồng âm – nghĩa là, chúng phát âm giống như từ thật cho dù viết có khác nhau, chẳng hạn như 'brane'. Những từ khác là những từ vô nghĩa như 'trenkle'. Người tham gia nghiên cứu phải nhận dạng từ nào là từ đồng âm. Baddeley và Lewis nhận thấy họ vẫn còn làm được điều này ngay cả khi sử dụng vòng lặp phát biểu có hệ thống cho công việc khác, và họ kết luận phải có một lưu trữ âm thanh riêng biệt, mã hóa vấn đề âm thanh cũng như vòng lặp phát biểu có hệ thống.

Yếu tố thứ năm trong mô hình trí nhớ hoạt động là **đăng ký đầu vào**. Hitch (1980) cho rằng loại này hoạt động như "tai trong", trình bày những từ nghe được gần đây nhất – vì thế công việc đăng ký đầu vào giải thích chứng cứ tác dụng gần đây. Hitch lập luận rằng điều này không chỉ là một "hưởng ứng" thụ động về những gì vừa nghe: mà đúng ra đây là sự trình bày từ được phân tích một ít – ít nhất thành đơn vị có nghĩa – sao cho thông tin được chuẩn bị để xử lý ngữ nghĩa sau này.

Vấn đề trong mô hình trí nhớ hoạt động

Mô hình trí nhớ hoạt động bao gồm nhiều thành phần khác nhau, mỗi thành phần phục vụ một chức năng khác nhau hay xử lý các loại thông tin khác nhau. Rất liên kết mật thiết với chú ý, một số nhà nghiên cứu xem nó hầu như là vấn đề như nhau. Một điểm yếu của mô hình là hầu hết chứng cứ được tạo ra từ công việc rất trừu tượng trong phòng thí nghiệm, hay những công việc được xác định rõ như đọc, nói chung đều không chắc chắn là mô hình xử lý kinh nghiệm trí nhớ hàng ngày có ý nghĩa hơn ra sao hay diễn ra hình thức chuyển thông tin từ trí nhớ hoạt động sang lưu trữ dài hạn ra sao.

Richardson (1984) nêu rằng điểm yếu quan trọng khác của mô hình là quan niệm quyền điều hành trung ương quá mơ hồ, không hữu dụng. Mặc dù được dùng để giải thích một vấn đề có vẻ bao gồm trí nhớ hoạt động và chú ý nhưng không ai cụ thể hóa chính xác nó làm gì, hoạt động ra sao. Allport (1980) đặt nghi vấn liệu có cần thiết hay không, cho rằng có thể giải thích mọi chứng cứ nghiên cứu bằng mô hình liên quan đến các thành phần xử lý cụ thể như sổ nháp không gian – thị giác, nói chung không có một điều hành trung ương bất kỳ. Tuy nhiên, ý kiến này cũng không được Eysenck (1986) thừa nhận, ông cho rằng một hệ thống như thế rất lộn xộn, và phải cần điều hành chính để xếp đặt thông tin theo thứ tự ưu tiên, và quyết định nên chú ý thông tin nào trong một thời điểm bất kỳ.

Ngoài ra, theo Richardson, nghiên cứu trí nhớ hoạt động bao gồm nhiều lập luận vòng tròn. Chẳng hạn, nếu giao một công việc bao gồm đè nén vòng lặp phát biểu hệ thống và điều này ảnh hưởng đến hoạt động của họ, các nhà nghiên cứu trí nhớ hoạt động cho rằng điều này có nghĩa liên quan đến vòng lặp phát biểu hệ thống. Nhưng nếu không thì họ cho rằng điều hành trung ương đang hoạt động. Không có cách nào chứng minh kết quả mô hình là sai, vì một thành phần bất kỳ đều giải thích chứng cứ.

HÌNH THỨC TRÍ NHỚ DÀI HẠN

Như chúng ta đã biết, Craik và Lockhart (1972), cho rằng thật sai lầm khi đề xuất rằng trí nhớ ngắn hạn và trí nhớ dài hạn là những lưu trữ tách biệt. Một yếu điểm của quan niệm này là vấn đề được trình bày bằng việc gộp tất cả các loại trí nhớ dài hạn, như thể tất cả chúng đều hiệu quả như nhau. Nhớ một vấn đề trong 10 phút khác hẳn với việc nhớ một vấn đề trong vài tuần, và khác với việc nhớ vấn đề trong nhiều năm. Có vẻ không có nghĩa khi bàn về trí nhớ ngắn hạn và dài hạn, khi có số lượng các loại trí nhớ trung hạn bất kỳ, mỗi loại tượng trưng đặc điểm dễ phân biệt của mình.

Tulving (1985) cũng cho rằng chắc chắn có nhiều loại trí nhớ khác nhau trên nhiều cơ sở khác nhau. Chứng cứ lâm sàng ngụ ý rằng có nhiều loại trí nhớ khác nhau, ở người bị chấn thương não thường bị mất một số chức năng trí nhớ. Ngoài ra, sự tiến hóa đã cung cấp cho chúng ta một số loại cơ chế não khác nhau trong nhận thức thị giác, mỗi loại phục vụ các mục đích sống còn khác nhau, thật không hợp lý khi giả định ra các chức năng nhận thức khác cũng có nhiều hình thức khác nhau. Ngoài ra, Tulving cho rằng hầu như không thể khái quát hóa về trí nhớ nói chung, mặc dù hoàn toàn có thể khái quát hóa về các loại trí nhớ cụ thể.

Trí nhớ thủ tục và trí nhớ tường thuật

Squire (1992) đề xuất cách phân biệt khác giữa các hình thức trí nhớ dài hạn khác nhau. Ông mô tả như trí nhớ thủ tục và trí nhớ tường thuật. **Trí nhớ thủ tục,** liên quan đến kỹ năng và làm nền tảng cho khả năng và giản đồ chúng ta có được trong đời sống, như khả năng hiểu ngôn ngữ hay suy nghĩ chung của chúng ta về cái đúng và sai, liên quan đến việc biết cách giải quyết vấn đề. **Trí nhớ tường thuật** trái lại quan tâm đến việc biết "điều gì" – với trí nhớ các hạng mục, thực tế, sự kiện hay tình tiết cụ thể, đôi khi còn gọi là **trí nhớ xác nhận,** sử dụng toàn bộ các hệ thống não riêng biệt.

Cách hiểu trí nhớ này giúp giải thích tại sao con người mất trí nhớ khi bị chấn thương não hay bệnh não nhưng không mất đi kỹ năng và khả năng cơ bản. Chẳng hạn, những người như thế thường quên nói như thế nào hay cách mặc quần áo, cho dù họ không nhớ được trí nhớ có ý thức bất kỳ về công việc họ đang làm hay nơi họ đang sống. Trí nhớ thủ tục có thể xem là một loại thái độ cơ bản, chung trong giải thích thông tin, hầu như giống đặc điểm nhân cách, trong khi trí nhớ xác nhận tỏ ra cụ thể hơn, và có thể dễ bị đánh mất hơn trong trường hợp chấn thương não.

Trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa

Trí nhớ tường thuật hay trí nhớ xác nhận không phải lúc nào cũng cùng loại. Năm 1972, Tulving phân biệt hai loại trí nhớ xác nhận, mà ông gọi là trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa. Một số sự khác biệt giữa hai loại liệt kê trong Bảng 3.2, trích từ liệt kê ông công bố trong luận văn năm 1983. **Trí nhớ tình tiết** lưu trữ thông tin về các sự kiện xảy ra và cách chúng quan hệ với nhau, liên quan đến kinh nghiệm nhất thời, hay thay đổi cấu thành sinh hoạt hàng ngày của chúng ta. Nhớ rằng bạn có cuộc hẹn chữa răng, hay phải thăm bà cô lớn tuổi vào Giáng sinh vừa rồi, hay bạn được yêu cầu phải nhớ từ 'fugue' như một phần trong bảng liệt kê trong một thí nghiệm, đều là trí nhớ tình tiết.

Trí nhớ ngữ nghĩa, trái lại là hiểu biết về thế giới có tổ chức của chúng ta, là

Bảng 3.2: Một số khác biệt giữa trí nhớ tình tiết và ngữ nghĩa

Trí nhớ tình tiết	*Trí nhớ ngữ nghĩa*
Sử dụng kinh nghiệm nhận cảm làm dữ liệu	Sử dụng hiểu biết làm dữ liệu
Đơn vị thông tin là tình tiết và sự kiện	Đơn vị thông tin là khái niệm, quan điểm và thực tế
Tổ chức liên quan đến thời gian	Tổ chức nhận thức
Nội dung xúc cảm rất quan trọng	Nội dung cảm xúc kém quan trọng hơn
Khả năng dễ quên	Khả năng khó quên

Nguồn: Tulving, 1983

hiểu biết về qui tắc, nguyên tắc, quan điểm và thuộc tính. Hiểu biết rằng vải nhung thì mềm là một minh họa về trí nhớ ngữ nghĩa, vì thế biết rằng cả ghế lẫn tủ chén đều là minh họa của nhóm "đồ gỗ gia dụng". Trí nhớ ngữ nghĩa bao gồm hiểu biết của chúng ta về ý nghĩa của từ ngữ, và cách chúng kết hợp với nhau, nhưng cũng bao gồm một số thông tin mà chúng ta không thể đưa vào từ ngữ thật rõ ràng, giống như hiểu biết của chúng ta rằng một hành động đúng hay sai, hay cảm nghĩ khi tiến hành một hành động được ôn lại tốt.

Có một số chứng cứ thực nghiệm ủng hộ sự phân biệt giữa trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa. Chẳng hạn, Shoben, Wescourt và Smith (1978) nhận thấy công việc trí nhớ ngữ nghĩa gây cản trở với các công việc trí nhớ ngữ nghĩa khác nhưng không cản trở công việc trí nhớ tình tiết. Nếu không phân biệt hai trí nhớ này, thì Shoben và người khác cho rằng chúng rất có thể gây cản trở lẫn nhau.

Underwood, Boruch và Malmi (1978) trắc nghiệm sinh viên về trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa, và nhận thấy điểm số của họ đối với hai loại trắc nghiệm thực ra không liên quan nhau. Họ sử dụng 28 công việc trí nhớ tình tiết khác nhau, và nhận thấy chúng liên quan nhau nhưng không liên quan với công việc trí nhớ ngữ nghĩa. Năm công việc trí nhớ ngữ nghĩa cũng liên quan nhau nhưng không liên quan với công việc trí nhớ tình tiết. Họ kết luận, đây là chứng cứ cho thấy trí nhớ ngữ nghĩa và trí nhớ tình tiết thật sự là những loại lưu trữ trí nhớ khác nhau.

PHỤC HỒI

Giai đoạn thứ ba của trí nhớ theo tiếp cận của Ebbinghaus là **sự phục hồi.** Giai đoạn thứ nhất là mã hóa, giai đoạn thứ hai lưu trữ, và đây là giai đoạn thứ ba. Trong một số ý nghĩa nào đó, giai đoạn này quan trọng nhất – nói chung, chúng ta không thể biết liệu một ai đó thực ra có nhớ được một sự việc nào đó hay không trừ phi họ chứng minh cho chúng ta thấy rằng họ nhớ, bằng cách phục hồi thông tin ấy trong bộ nhớ theo cách nào đó.

Nhưng có vẻ có nhiều loại phục hồi khác nhau. Cùng với những chứng cứ khác, Ebbinghaus nhận dạng 4 loại phục hồi khác nhau từ bảng liệt kê mà ông cùng trợ lý nghiên cứu ghi nhớ. Hình thức rõ nét nhất trong số này là **nhớ lại:** khi họ nhớ từ ngữ xuất hiện kế tiếp không cần phải nhắc. Trong những dịp khác, mặc dù không thể nhớ được từ ngữ nhưng có thể thừa nhận là một bộ phận trong bảng liệt kê, một khi được xem lại. Ebbinghaus nhận dạng **sự nhận biết** như là hình thức trí nhớ thứ hai, mặc dù yếu hơn.

Hình thức nhớ thứ ba là **tái cấu trúc:** Ebbinghaus nhận thấy cho dù mình không thể nhớ lại hay thậm chí nhận biết một tập hợp các âm tiết vô nghĩa thì ông vẫn có thể tái cấu trúc bảng liệt kê theo thứ tự học ban đầu, cho thấy vẫn còn một số sự lần theo học tập ban đầu. Ở hình thức nhớ, nhớ lại, nhận biết và tái cấu trúc thứ tư yếu nhất trong bảng liệt kê đã học trước đó là không thể, nhưng có **khoản để dành học lại** nếu cá nhân cố nhớ bảng liệt kê ấy lần thứ hai. Để học bảng liệt kê hoàn toàn xa lạ cần thời gian học ít hơn.

Cách khác trong nghiên cứu sự phục hồi là phải nghiên cứu điều gì xảy ra khi không có sự phục hồi. Lý thuyết tâm lý học giải thích tại sao người ta quên thường bao gồm lời giải thích không dứt khoát tại sao người ta nhớ. Nhiều thuyết quên thực ra giải thích tại sao chúng ta không phục hồi thông tin khi muốn thế.

THUYẾT QUÊN

Hàng trăm năm nghiên cứu trí nhớ chứng kiến nhiều giải thích tâm lý học về sự quên. Một số thuyết quên rất cụ thể, liên quan đến sự giảm sút trong lần theo trí nhớ, tổn thương não hay bệnh não, quên có động cơ thúc đẩy, hay can thiệp từ vật chất khác. Trong những trường hợp khác, lý do giải thích tại sao chúng ta quên thường mang nhiều đặc điểm trí nhớ khác. Chẳng hạn có khá nhiều công việc cho thấy nội dung, gợi ý và xử lý tỏ ra quan trọng ra sao đối với việc nhớ, vì thế quên đôi khi được xem phát sinh từ sự không thỏa đáng trong khía cạnh này. Trước tiên, chúng ta xét đến các thuyết quên cụ thể, và tiếp tục khảo sát một số công trình nghiên cứu mã hóa trí nhớ.

Giảm sút trong dấu vết trí nhớ

Một trong những quan niệm ban đầu về lưu trữ trí nhớ là mỗi hạng mục được nhớ sẽ lưu lại một loại "dấu vết trí nhớ" sinh lý trong bộ não, còn gọi là **dấu ghi nhớ sâu.** Trừ phi dấu ghi nhớ sâu này được củng cố bằng việc ôn lại, nếu không dần dần dấu sẽ mờ nhạt cho đến khi sau cùng giảm sút do không sử dụng. Việc nhớ lại hay nhận biết một hạng mục thêm lần nữa sẽ "gợi lại" dấu ghi nhớ sâu. Vì thế điều không cần nhớ dần dần biến mất, trong khi điều phải nhớ liên tục lại tỏ ra rõ nét.

Thuyết quên này là một lý thuyết thuyết phục, phù hợp với kinh nghiệm chủ quan của chúng ta. Nhưng thực tế, hầu như không thể kiểm tra được chúng – chúng ta không thể biết rằng hiện có trí nhớ hay không trừ phi cố gắng sử dụng nó, và hành động cố nhớ chắc chắn củng cố dấu ghi nhớ sâu. Chúng ta cũng gặp trở ngại trong trí nhớ hình thành: như chúng ta chứng kiến, một người đang cố nhớ vấn đề gì đó trong tiềm thức có thể tạo ra sự tái cấu trúc hợp lý, thay vì trí nhớ "thực sự", chúng ta không thể phân biệt được.

Một số bệnh nhân tổn thương não cung cấp chứng cứ rằng trí nhớ không hoàn toàn giảm sút cho dù bệnh nhân không thể nhớ sự việc trong nhiều năm trước. Sacks (1985) mô tả một bà lão 88 tuổi sống ở Mỹ từ lúc 5 tuổi, sau khi mẹ bà mất, bà không hề nhớ lại bất kỳ câu chuyện nào trong thời thơ ấu của mình ở Ireland mặc dù bà cố gắng. Nhưng sau khi bị chứng huyết khối nhẹ trong thuỳ thái dương ở não, đột nhiên bà nhớ được những bài hát bằng tiếng Ireland. Sau khi nghiên cứu thần kinh, người ta phát hiện rằng những bài hát này là trí nhớ phục hồi lời bài hát trước đây mẹ bà thường ru trong thời thơ ấu. Sau khi qua cơn đột quỵ, các bài hát ấy dần dần quên lãng. Ngụ ý ở đây là cũng như từ các ca bệnh thần kinh khác có vẻ lần theo trí nhớ thực ra không giảm sút hoàn toàn mà chỉ nằm yên bất động. Thật thú vị là tổn thương não đôi lúc giúp con người nhớ lại cũng như làm con người quên đi!

Tổn thương não hay bệnh não

Có nhiều cách khác nhau dẫn đến sự mất trí nhớ, từ tổn thương não hay chấn thương vùng đầu cho đến những rối loạn phát sinh từ tuổi già. Thật khó bảo đảm rằng một rối loạn thực ra có phải là một số hình thức mất trí nhớ hay không: Talland (1968) chứng minh hầu hết mọi người đều mất trí nhớ trong đời sống thông thường, vì thế điều quan trọng là không nên nhầm lẫn việc quên bình thường với sự rối loạn trí nhớ. Tiêu chuẩn thông thường là phải đánh giá liệu một nỗ lực tập trung có luôn gặp thất bại trong công việc mà hầu hết người khác làm tương đối dễ hay không.

Mất trí nhớ hậu chấn thương là loại mất trí nhớ tiếp theo sau cú đánh mạnh vào đầu hay chấn thương ở đầu. Điều này thường dẫn đến sự mất trí nhớ trong vài phút sau khi bị sự cố. Nghiên cứu của Yarnell và Lynch (1973) nghiên cứu cầu thủ đá banh Mỹ đã bị chấn động trong khi thi đấu. Ngay sau khi họ bị chấn động, người ta hỏi các cầu thủ rằng đội bóng của họ áp dụng chiến thuật gì trước khi họ bị sự cố. Sau đó khoảng 20 phút họ hỏi lại câu hỏi này. Yarnell và Lynch nhận thấy các cầu thủ nhớ được tên của đội bóng ngay sau đó, nhưng sau 20 phút, họ không thể nhớ. Chứng cứ này phù hợp với suy nghĩ của nhiều nhà nghiên cứu cho rằng trí nhớ cần phải có một số thời gian củng cố nếu muốn được tiếp thu hoàn toàn vào trí nhớ con người.

Theo Baddeley (1983) sự hồi phục sự mất trí nhớ hậu chấn thương diễn ra theo một chuỗi thường xuyên, bắt đầu bằng việc nhầm lẫn về địa điểm và sự cố. Thậm chí con người thay thế sự cố trước đây xảy ra trong một thời điểm nào đó trong quá khứ – nghĩ rằng sự cố ấy mới vừa xảy ra đối với họ. Ban đầu, người ta thường không nhớ được những sự kiện cụ thể và con người trong quá khứ, nhưng dần dần trí nhớ này trở lại – thường nhớ những gì xa xưa nhất cho đến những gì gần đây nhất. Whitty và Zangwill (1966) chứng minh rằng trí nhớ trở lại thường tập hợp quanh "đảo trí nhớ" – sự kiện rõ ràng mà con người nhớ được – theo thứ tự lung tung. Thật thú vị người ta thường nhớ những sự kiện không quan trọng trước.

Không thể nhớ sự việc xảy ra trong quá khứ còn gọi là **mất trí nhớ nghịch hành.** Mặc dù chấn thương não hay bệnh não thường tạo ra chứng **mất trí nhớ tiền hành,** cá nhân không thể lưu trữ trí nhớ mới, mặc dù họ vẫn nhớ được trí nhớ trước khi bị tổn thương. Milner (1966) mô tả một bệnh nhân H.M., đã bị **mất trí nhớ tiền hành** do phẫu thuật não trong đó cả hai bên vùng cá ngựa trong não bị cắt bỏ. Sau phẫu thuật, H.M. nhận thấy mình không thể nhớ được thông tin mới mặc dù anh ta vẫn có thể nhớ được sự việc đã biết trước khi phẫu thuật.

Một nghiên cứu sau này của Warrington và Weiskrantz (1973) chứng minh rằng, trong những điều kiện trắc nghiệm đặc biệt, H.M. có thể nhớ một số thông tin mới. Chứng cứ của họ cho rằng rối loạn ở anh ta là phục hồi thông tin từ bộ nhớ hơn là học hỏi thông tin, thích hợp với chứng cứ khác từ những người bị mất trí nhớ cùng loại. Thậm chí những người bị mất trí nhớ nặng, mất trí nhớ tiền hành không phải lúc nào cũng xảy ra. Nói chung, mã hóa thông tin hiệu quả đôi lúc tạo sự khác biệt lớn. Jaffe và Katz (1975) báo cáo nghiên cứu một bệnh nhân bị hội chứng Korsakoff, không thể nhớ lại tên của đồng nghiệp trong bệnh viện. Khi được "gợi ý" bằng cách nhắc chữ cái đầu tên của từng người, dần dần bệnh nhân nhớ được tên đồng nghiệp.

Hội chứng Korsakoff là một trong những nguồn mất trí nhớ tiền hành phổ biến nhất, phát triển ở người nghiện rượu kinh niên, uống rượu quá mức, ăn uống thất thường trong nhiều năm, tạo ra sự thiếu hụt thiamine sau cùng khiến cho bệnh nhân không thể lưu trữ trí nhớ mới. Người bị hội chứng Korsakoff thường rất khéo trong việc duy trì đối thoại bằng cách nêu ra những nhận xét chung, vì thế thật khó nhận biết trí nhớ của họ bị tổn hại đến mức nào. Nhưng đôi khi trường hợp nghiêm trọng đến mức người ta không thể nhớ lại người mình vừa gặp lúc nãy, vào buổi sáng, khi gặp lại vào buổi chiều cùng ngày.

Thông thường, người bị hội chứng Korsakoff không thể hiện dấu hiệu khiếm khuyết nào trong trí nhớ ngắn hạn hay ở những kỹ năng cơ bản như lời nói hay lái xe, và thường không hề nhận biết rằng mình bị bệnh. Những người nhận biết mình bị bệnh mô tả cảm giác như thể đang sống trong mơ, không có ý thức nào về sự liên tục hay khả năng hoạch định cho tương lai. Trong một số trường hợp, hội chứng Korsakoff cũng tạo ra mất trí nhớ nghịch hành, người bệnh không thể nhớ sự việc xảy ra trước khi bị tổn thương. Sacks (1985) mô tả bệnh nhân bị hội chứng Korsakoff đã từng phục vụ tích cực cho đến năm 1965, trí nhớ hoạt động chức năng hoàn toàn bình thường, nhưng hiện nay chỉ nhớ được sự việc xảy ra cho đến năm 1945. Khi anh ta gặp người quen biết trước đây, như anh em của mình, anh ta vô cùng bối rối không biết họ bao nhiêu tuổi, khi thấy mình trong gương vào năm 1975, anh ta vô cùng bối rối khi nhìn thấy hình ảnh một ông già chứ không phải một thanh niên 19 tuổi theo như anh ta nghĩ.

Tuổi già

Người ta thường nghĩ rằng càng lớn tuổi trí nhớ của mình càng tệ. Nhưng mặc dù có một số sự mất trí nhớ không đáng kể đi kèm với tuổi già, thì gần như không phải ai cũng nghĩ như thế. Thực ra có một số chứng cứ cho thấy trí nhớ thậm chí ở người già còn tốt hơn. Harris và Sunderland (1981) so sánh sự mất trí nhớ hàng ngày ở thanh niên và người lớn tuổi. Trong một phần nghiên cứu, họ so sánh người ở độ tuổi 20 – 36 với người nghỉ hưu ở độ tuổi 69 – 80, nhận thấy nhóm đầu tiên thường mất trí nhớ nhiều hơn nhóm người già.

Vì nói chung người nghỉ hưu thường ít hoạt động hơn nhóm thanh niên, họ phải nhớ sự việc ít hơn, sau đó các nhà nghiên cứu tiến hành nghiên cứu thứ hai so sánh nhóm thanh niên khác với nhóm trước tuổi nghỉ hưu ở độ tuổi 50 – 60. Trong trường hợp này, họ nhận thấy sự khác biệt thậm chí còn rõ hơn: nhóm thanh niên trí nhớ giảm sút hơn người già! Dĩ nhiên, rắc rối là vì chúng ta cứ nghĩ khi lớn tuổi trí nhớ của mình sẽ tệ hơn, chúng ta nhận thấy ngày càng quên nhiều hơn, trong khi lúc còn trẻ chúng ta không hề bận tâm đến điều này. Thực tế, bất kể suy nghĩ rập khuôn của xã hội, hầu hết mọi người trải qua tuổi già với sự sở hữu đầy đủ khả năng đặc biệt của họ.

Loại vấn đề tương tự xuất hiện khi nghiên cứu chứng mất trí nhớ do tổn thương não. Williams (1969) nêu rằng khi một người gặp tai nạn hay một số loại tổn thương não khác, cả họ lẫn người thân thường muốn quên đi tai nạn ấy, bất kể con người từng quên rất nhiều các sự việc trước khi tai nạn xảy ra. Vì thế thật khó phân biệt chính xác hậu quả của chấn thương. Vào thời điểm tâm lý học chưa tìm hiểu sự mất trí nhớ hàng ngày và cho đến khi chúng ta hiểu được vấn đề này rõ hơn thì thực ra vẫn chưa có cơ sở so sánh.

Khi mất trí nhớ diễn ra, người lớn tuổi thường bù trừ bằng cách sử dụng chiến lược và phương tiện hỗ trợ trí nhớ, như nhật ký hay "sổ nhắc". Nhưng khoảng 5% số người già bị tổn thương não do sự sa sút trí tuệ, lú lẫn hay bệnh Alzheimer, cũng như thanh niên bị chứng múa giật Huntington, thường trở thành nhầm lẫn. Họ cũng thường làm cho trí nhớ của mình tệ hơn bằng cách không sử dụng một chiến lược theo hệ thống bất kỳ khi cố nhớ sự việc. Chẳng hạn, Kral (1978) chứng minh rằng bệnh nhân bị lú lẫn, sa sút trí tuệ cố nhớ bảng liệt kê từ ngữ, chắc chắn họ không chú ý đến ý nghĩa thực sự hay cách bố cục của tài liệu, và nếu được dành thêm thời gian, nhưng họ không sử dụng để ghi nhớ hiệu quả hơn – thay vì chỉ thụ động chờ đợi hạng mục kế tiếp.

Trở ngại là thông tin tiếp nhận thụ động là một kỹ thuật ghi nhớ cực kỳ kém hiệu quả ở một độ tuổi bất kỳ – như nhiều sinh viên nhận thấy cái giá phải trả khi ôn thi! Mặc dù chúng ta nên nhớ rằng bản thân công việc trí nhớ – thường gồm việc ghi nhớ các bảng liệt kê từ ngữ – có thể mang vẻ hoàn toàn vô nghĩa đối với bệnh nhân vì thế không hẳn họ muốn cố gắng nhớ hết sức mình. Theo quan điểm này, có thể chứng cứ này không phản ánh khả năng thực sự của họ trong việc ghi nhớ thông tin.

Sự quên có động cơ

Freud *(1901)* cho rằng hầu hết, nếu không nói là tất cả, đều quên sự việc xảy ra trong đời sống hàng ngày vì **sự kìm hãm.** Sự kìm hãm là cơ chế phòng thủ bảo vệ cho chúng ta tránh đối mặt với trí nhớ gây rối loạn hay chấn thương về mặt xúc cảm. Theo Freud, những trí nhớ như thế bị chôn vùi bằng suy nghĩ tiềm thức – quên vì chúng mang tính đe dọa đối với suy nghĩ ý thức nếu cố nhớ chúng. Freud cho rằng sự kìm hãm thực sự là nguyên nhân của mọi sự quên. Quan điểm của ông cho dù một số vấn đề chúng ta quên có vẻ hoàn toàn vô hại nhưng qua một chuỗi ý kiến kết hợp, sự quên dẫn đến trí nhớ bị tổn thương. Vì suy nghĩ tiềm thức nhận biết mối liên kết có thể, chúng ta quên thông tin, vì thế suy nghĩ được bảo vệ tránh sự đe dọa.

Bower (1981) yêu cầu mọi người ghi nhật ký trong một tuần, ghi chú cụ thể mọi sự việc xảy ra mà họ cảm thấy thích thú hay khó chịu về mặt xúc cảm. Cuối tuần, người tham gia nghiên cứu bị thôi miên, được đặt vào tâm trạng thú vị hay khó chịu. Sau đó người ta hỏi họ có nhớ những gì họ viết trong nhật ký vào tuần trước hay không. Nếu trong tâm trạng thú vị, thì hầu hết người tham gia nghiên cứu đều nhớ sự kiện thú vị, nhưng những người trong tâm trạng khó chịu thường chỉ nhớ những sự kiện khó chịu. Như thế tâm trạng mà chúng ta đang có tạo thành trạng thái suy nghĩ, sao cho chúng ta nhớ sự việc phù hợp với bối cảnh và quên sự việc không phù hợp.

Mặc dù nghiên cứu của Bower có thể một phần ủng hộ Freud, nhưng thực ra không phải là loại kiềm hãm phân tâm học. Nhưng loại kiềm hãm này rất khó nghiên cứu, chứng cứ thực nghiệm không nhiều. Chắc chắn, cảm xúc dường như ảnh hưởng đến trí nhớ – kinh nghiệm cảm xúc "nổi bật" trong trí nhớ, cho dù có liên quan đến trí nhớ khó chịu hay thú vị hay không – nhưng thực sự không phải là vấn đề như nhau. Có vẻ chúng ta dành nhiều thời gian để suy nghĩ về sự kiện cảm xúc bằng mọi cách, vì thế trí nhớ được "sử dụng". Chúng ta có lẽ cũng chú ý đến sự kiện cảm xúc nhiều hơn là chú ý đến sự kiện căng thẳng, điều này giúp chúng ta dễ nhớ.

Sự can thiệp

Lý do khác giải thích tại sao người ta quên sự việc là **sự can thiệp,** xảy ra khi một tập hợp thông tin đã học can thiệp một tập hợp thông tin khác. Có hai loại can thiệp: can thiệp tác động thuận và can thiệp tác động ngược. **Can thiệp tác động thuận** là khi một sự việc bạn đã học can thiệp với học tập sau này. Nếu bạn đã học tiếng Pháp, hiện nay đang học tiếp tiếng Đức thì bạn nhận thấy, thay vì cố nhớ một từ tiếng Đức thì đầu óc lại hiện ra một từ tiếng Pháp tương đương, đây là can thiệp tác động thuận.

Can thiệp tác động ngược, trái lại bao gồm kiến thức mới can thiệp, gây trở ngại trong việc nhớ lại thông tin đã học trước đây. Chẳng hạn, nếu lúc đầu bạn học tiếng Pháp, sau đó tiếng Đức, bạn nhận thấy khi hồi tưởng và cố nhớ từ tiếng Pháp mà bạn từng quen thuộc, thì chỉ có những từ tiếng Đức mới học gần đây hiện ra trong đầu, đây là minh họa can thiệp tác động ngược.

McGeoch (1942) chứng minh rằng, nói chung, sự can thiệp chắc chắn xảy ra ở thông tin giống nhau. Người tham gia nghiên cứu phải học bảng liệt kê các hạng mục khác nhau, như con số, danh từ hay tính từ, sau đó người ta sẽ hỏi lại. McGeoch nhận thấy có rất ít sự can thiệp giữa liệt kê con số và liệt kê tính từ, nhưng khi người tham gia phải học hai liệt kê giống nhau, chẳng hạn như hai liệt kê tính từ, thì sự can thiệp rất mạnh. Vì thế một cách để bạn khắc phục sự can thiệp nếu như ôn thi là dùng thời gian chú ý đến mọi sự khác biệt giữa một tập hợp tài liệu này với một tập hợp tài liệu khác, điều này có nghĩa chắc chắn bạn sẽ phân loại thông tin nào là khác nhau, vì thế sự can thiệp ít có khả năng xảy ra.

Trong thập niên 1960, sự can thiệp là lời giải thích cực kỳ phổ biến đối với nhiều hiện tượng trí nhớ. Hunter (1964) chứng minh khái niệm can thiệp có thể áp dụng như lời giải thích tác dụng vượt trội và gần đây, đối với cách mà một số thông tin xuất hiện để chuyển từ lưu trữ trí nhớ ngắn hạn sang dài hạn trong khi thông tin khác thì không, và quan trọng nhất, đối với sự quên. Nhiều nhà tâm lý học trong thời đại cho rằng thông tin mới bị can thiệp hay can thiệp với thông tin hiện có, và đây là nguồn tạo ra nhiều sự quên nhất.

Quan điểm truyền thống nghiên cứu sự can thiệp như chúng ta chứng kiến là quan điểm chủ yếu xảy ra với tài liệu rất giống nhau, vì thế không chắc ảnh hưởng đến thông tin vốn rất khác nhau. Nhưng các nhà nghiên cứu khác sử dụng quan điểm can thiệp rộng hơn. Chẳng hạn, Holmes (1974) lập luận rằng lý do giải thích xúc cảm lo âu không giúp người ta nhớ lại bài học trong lúc thi phần lớn vì chúng mang lại tất cả những loại suy nghĩ như "mình sẽ thi rớt", hay "mình không sao nhớ được điều này". Những suy nghĩ này, Holmes cho rằng tạo ra sự can thiệp, vì thế tất cả những gì sinh viên nhớ được trong thực tế là lo âu chứ không phải bài học.

Vào đầu thập niên 1960, nhiều nhà tâm lý học nghĩ rằng sự can thiệp xảy ra vì chỉ có khả năng hạn chế trong trí nhớ con người. Thông tin mới buộc phải can thiệp với thông tin hiện có vì nếu không sẽ không có đủ chỗ để lưu trữ tất cả. Nhưng có vẻ không có chứng cứ thực sự nào đối với mô hình khả năng trí nhớ hạn chế: chúng ta có vẻ nhớ được một lượng thông tin có ý nghĩa bất kỳ – mặc dù chắc chắn không hạn chế trong việc tiếp nhận thông tin vô nghĩa. Ngay cả khi người ta chấp nhận mô hình khả năng hạn chế thì cũng có những giải thích khác về sự quên, như quan điểm cho rằng thông tin bị thay thế hay bị loại trừ. Ngày nay sự can thiệp, mặc dù có thể diễn ra, thực sự không được xem là lời giải thích hoàn chỉnh đối với việc quên mà nhiều nhà nghiên cứu nghĩ thế trước đây.

Cũng có chứng cứ thực nghiệm không thừa nhận quan điểm cho rằng việc quên chủ yếu diễn ra do kết quả can thiệp. Tulving (1972) trao cho người tham gia nghiên cứu một bảng liệt kê từ ngữ để học. Sau đó tiến hành ba thử nghiệm khác nhau, hỏi từng người số từ ngữ nhớ được trong liệt kê ban đầu. Nếu người ta quên vì tài liệu hiện có can thiệp sự nhớ lại hay lưu trữ, khi đó những từ này làm cho sự can thiệp tồn tại, gây cản trở cho việc nhớ lại, và không phải quên hẳn những từ này. Nhưng Tulving nhận thấy rằng sự việc không đơn giản như thế. Khi yêu cầu họ nhớ lại số từ trong liệt kê, thì người tham gia nghiên cứu thường có khuynh hướng nhớ những từ khác trong mỗi thử nghiệm. Nói chung họ chỉ nhớ gần giống số lượng từ ngữ tương tự trong mỗi thử nghiệm nhưng từ khác nhau – chỉ một nửa số từ ngữ nhớ lại trong cả ba thử nghiệm. Vì thế điều rõ ràng rằng sự can thiệp bản thân chúng không phải là lời giải thích cho thích đáng.

Bối cảnh

Bất kỳ ai nhận thấy rằng một kỷ lục cũ hay một mùi đặc biệt có thể mang lại toàn bộ một tập hợp các trí nhớ biết được bối cảnh nào phải nhớ là quan trọng. Abernathy (1940) chứng minh rằng nếu chúng ta trong bối cảnh nơi trí nhớ được ấn định lần đầu tiên thì dễ nhớ chúng hơn. Trong nghiên cứu này, sinh viên làm bài trắc nghiệm trong lớp ngay ở lớp họ học mỗi ngày, bối cảnh hoàn toàn quen thuộc. Abernathy nhận thấy sinh viên nhớ nhiều hơn khi ở trong môi trường quen thuộc, với sự giám sát của thầy cô giảng dạy họ mỗi ngày.

Williams và Hollan (1981) chứng minh rằng việc tái tạo bối cảnh trong suy nghĩ cũng rất hữu ích để phục hồi thông tin đã bị quên. Họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu nhớ lại tên người đã từng quen biết khi còn học ở trường. Bất chấp thực tế người tham gia cảm thấy bản thân hoàn toàn không thể nhớ tên, nếu họ được khuyến khích suy nghĩ về bối cảnh càng nhiều càng tốt (như suy nghĩ về hoạt động khác nhau trong lớp học và trường học), họ nhận thấy thường dễ nhớ tên hơn. Quá trình này gọi là **phục hồi trọn vẹn** – dần dần phục hồi toàn bộ trí nhớ chỉ từ một hay hai chi tiết bằng cách suy nghĩ về toàn bộ bối cảnh thuộc sự kiện ban đầu – và chứng minh bối cảnh có tác động mạnh như thế nào trong việc phục hồi trí nhớ.

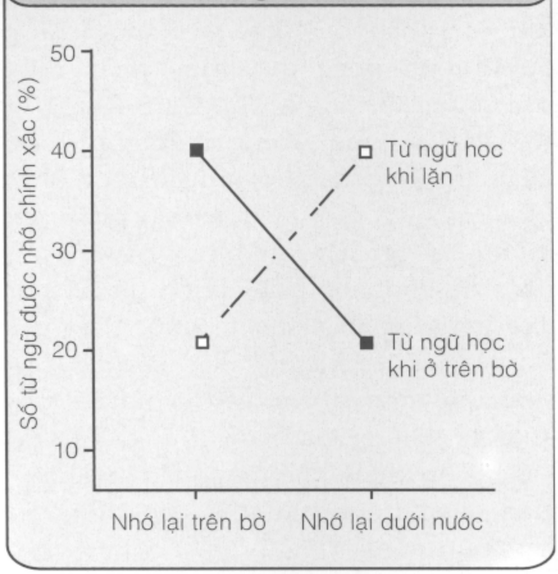
Một trong những minh họa thuyết phục nhất về bối cảnh trong trí nhớ là **trí nhớ nhấp nháy,** trong đó trí nhớ về một sự kiện đặc biệt cụ thể bao gồm việc nhớ chính xác bạn đang ở đâu vào thời điểm ấy. Chúng ta sẽ xét đến trí nhớ nhấp nháy vào cuối chương này. Nhưng bối cảnh cũng quan trọng đối với trí nhớ hàng ngày kém ấn tượng hơn. Người bị bệnh liệt giường nhất thời thường nhận thấy rằng, sau khoảng 1 tuần họ khó nhớ khi nào và chuỗi sự việc nào đang diễn ra, có vẻ có thể di chuyển quanh các môi trường khác nhau sẽ cung cấp cho chúng ta những điểm tham khảo quan trọng để nhớ biến cố trong cuộc sống hàng ngày.

Neisser (1976) lập luận rằng tích cực trong thế giới, hình thành bản đồ nhận thức để nhận thức các sự kiện là điều quyết định trong quá trình nhận thức của chúng ta. Trong Chương 5 chúng ta sẽ khảo sát một trong những phương pháp trợ giúp trí nhớ thuyết phục nhất là hệ thống gọi là **phương pháp cứ điểm,** bao gồm việc định vị các hạng mục cần phải nhớ trong bối cảnh cuộc đi dạo hay chuyến đi quen thuộc. Đây chỉ là một minh họa liên kết trí nhớ của chúng ta với hiểu biết về thế giới và mối quan hệ không gian của chúng. Vấn đề khác là sự khám phá mối quan hệ không gian quan trọng như thế nào trong trí nhớ hoạt động.

Godden và Baddeley (1975) yêu cầu những người thợ lặn ngoài khơi nhớ lại liệt kê các từ, hoặc trong khi họ ở trong bờ hay trong khi lặn ở độ sâu 15 bộ. Họ nhận thấy nơi thợ lặn học từ không phải là điều quan trọng – cả hai môi trường họ đều tiếp thu tốt như nhau. Nhưng vấn đề ở chỗ họ nhớ từ trong môi trường nào, nếu họ học từ khi lặn, thì họ cũng nhớ rất tốt các từ khi đang lặn. Nếu họ học từ trên bờ thì họ cũng nhớ rất tốt các từ khi họ ở trên bờ (Hình 3.6). Bối cảnh sử dụng tác động mạnh đến khả năng phục hồi thông tin từ bộ nhớ.

Cũng có bối cảnh bên trong tác động đến việc nhớ trong hình thức gọi là **trí nhớ tình trạng độc lập,** diễn ra khi bối cảnh bên trong, sinh lý – tình trạng – của cơ thể tác động đến trí nhớ. Chúng ta nhớ sự việc nhiều nhất khi biết cách nhớ lại thông tin. Vì thế nếu một người trong tình trạng sinh lý cụ thể khi lần đầu họ học một điều gì đó, sau đó rất có thể nhớ lại chúng khi ở trong tình trạng sinh lý ấy. Goodwin và người khác (1969) chứng minh người nghiện rượu, khi tỉnh thường không thể tìm ra tiền hay rượu họ đã giấu trong lúc say. Nhưng một khi họ say, họ lại nhớ nơi giấu tiền và rượu.

Hình 3.6: Tác dụng bối cảnh của trí nhớ



Nguồn: Phỏng theo Baddeley, 1997

Tương tự, nghiên cứu của Overton (1972) nghiên cứu sự "thoáng mất trí nhớ" mà đôi lúc con người cảm thấy khi uống rượu quá nhiều. Khi tỉnh rượu, họ không thể nhớ một số sự kiện hay kinh nghiệm xảy ra trong khi họ say. Nhưng Overton chứng minh rằng trí nhớ trong giai đoạn "thoáng mất trí nhớ" thường trở lại vào lần sau khi con người uống quá nhiều rượu: trí nhớ hoàn toàn đã mất, nhưng cần bối cảnh bên trong thuộc tình trạng uống say trước khi có thể được phục hồi.

Gợi ý trí nhớ

Trong trí nhớ hàng ngày, một sự việc này thường dẫn đến một sự việc khác, đưa ra gợi ý lần lượt dẫn dắt chúng ta nhớ đến hạng mục kế tiếp. Nhiều kỹ thuật nhớ trên cơ sở phát triển mối liên kết đáng nhớ giữa nhiều thông tin khác nhau, chẳng hạn như một hạng mục này tự động dẫn đến một hạng mục kế tiếp. Do đó, gợi ý được cung cấp dưới dạng các bước hay nhóm: Tulving và Pearlstone (1966) yêu cầu người tham gia nghiên cứu nhớ liệt kê từ, sắp xếp theo nhóm, mỗi nhóm có tiêu đề "động vật", "đá", "cây" hay tương tự. Người tham gia phải học tên nhóm, cũng như liệt kê các từ trong mỗi nhóm. Về sau, một nửa số người tham gia được cung cấp tên nhóm và phải kể lại càng nhiều từ ban đầu càng tốt. Những người tham gia khác cũng được yêu cầu nhớ lại từ, nhưng không gợi ý cho họ. Có lẽ không có gì phải ngạc nhiên, những người được gợi ý thường nhớ nhiều hơn số người không được gợi ý.

Sắp xếp thông tin theo cách có cấu trúc cũng giúp gợi ý phục hồi. Bower (1969) yêu cầu người tham gia nghiên cứu học một tập hợp gồm 112 từ, tất cả đều liên quan đến nơi cư trú. Từ được sắp xếp ngẫu nhiên hay theo hệ thống thứ bậc, từ lớn nhất đến nhỏ nhất. Nói chung, người tham gia được trao liệt kê ngẫu nhiên chỉ nhớ được 21 từ khi trắc nghiệm về sau này, trong khi những người được trao liệt kê hệ thống thứ bậc trung bình nhớ được 73 từ. Chính cấu trúc liệt kê gợi ý giúp họ nhớ từ.

Mã hóa và xử lý

Từ lâu người ta cho rằng **hoàn thiện** tài liệu – tái cấu trúc nó hay suy nghĩ về ngụ ý của nó – giúp người ta nhớ sự việc. Nhưng thông tin chỉ được chấp nhận thụ động thường dễ bị quên. Như chúng ta chứng kiến ở đầu chương, người thích đá banh dễ nhớ tỉ số bàn thắng hơn người không thích, vì người ham thích hoàn thiện tài liệu, tạo sự kết nối, và tìm hiểu ngụ ý. Chúng ta xử lý thông tin tiếp nhận càng kỹ thì chúng ta càng dễ nhớ lại thông tin.

Bower và Karlin (1974) đưa một tập hợp các ảnh chụp khuôn mặt cho người tham gia nghiên cứu xem, hỏi xem họ nhìn thấy điều gì trong khi xem ảnh chụp. Một số câu rất dễ, chỉ cần đoán đơn giản, như đó là ảnh khuôn mặt đàn ông hay đàn bà. Các câu khác đòi hỏi người tham gia nghiên cứu phải suy nghĩ nhiều hơn, chẳng hạn liệu khuôn mặt có thể hiện loại người dễ gần hay người ấy có thành thật hay không. Người tham gia phán đoán càng sâu sắc thì họ càng dễ nhận biết khuôn mặt ấy sau này nhiều hơn.

Thuyết quên ngụ ý ở đây là chúng ta quên sự việc bởi vì không xử lý chúng thích đáng trong lúc đầu mã hóa. Quan niệm này liên quan trực tiếp đến lý thuyết cấp độ xử lý do Craik và Lockhart đề xuất, chúng ta khảo sát ở đầu chương này.

Giải thích về sự quên cho chúng ta biết nhiều về cách phục hồi thông tin từ bộ nhớ. Thực ra, còn cho chúng ta biết nhiều về hai giai đoạn khác – mã hóa và lưu trữ. Nhưng toàn bộ mô hình xử lý trí nhớ ba giai đoạn phần lớn dựa trên tiếp cận của Ebbinghaus. Cho dù tài liệu qua thời gian trở nên thực tế hơn, và giải thích khá phức tạp hơn, nhưng những thuyết này vẫn cho rằng những gì chúng ta nhớ được là những gì chúng ta đã trải qua. Mặc dù phần lớn thời gian, nói chung trí nhớ của chúng ta không hoạt động như thế.

TRÍ NHỚ NHƯ MỘT QUÁ TRÌNH CHỦ ĐỘNG

Như chúng ta đã biết ở đầu chương này, có hai truyền thống nghiên cứu tâm lý học về trí nhớ khác biệt nhau. Một là truyền thống của Ebbinghaus – quan điểm cho rằng trí nhớ là ghi chép sự kiện có thực, được mã hóa trong bộ não, lưu trữ và sau đó phục hồi khi cần. Truyền thống khác là của Bartlett chứng minh rằng trí nhớ rất khác với ghi chép sự kiện có thực. Thực ra, đôi khi chúng ta nhớ sự việc không hề xảy ra trong thực tế.

Bạn có từng đến rạp xem phim bạn thường ưa thích cách đây nhiều năm nhưng có khoảng thời gian không xem phim hay không? Nếu có, có lẽ bạn nhận thấy nhiều chi tiết trong phim khác với cách bạn nhớ về chúng – mặc dù trước khi xem phim lần nữa bạn hoàn toàn chắc rằng trí nhớ của riêng mình chính xác ở từng khía cạnh. Cách trí nhớ chúng ta tự điều chỉnh để phù hợp với mong đợi và những vấn đề khác cho thấy rằng trí nhớ không phải giống như ghi âm: trí nhớ là một **quá trình nhận thức chủ động** tương tác với các quá trình tâm thần khác và kinh nghiệm của chúng ta.

NGHIÊN CỨU TÁI TẠO THEO CHUỖI

Như chúng ta biết ở đầu chương này, Barlett áp dụng phương pháp tái tạo theo chuỗi để chứng minh con người điều chỉnh trí nhớ của mình cho phù hợp với quan niệm cá nhân về những gì chắc chắn phải xảy ra. Kỹ thuật tái tạo theo chuỗi yêu cầu con người truyền thông tin mà họ tiếp nhận cho người khác, không cho phép họ có cơ hội trở lại nguồn ban đầu và kiểm tra phiên bản sự kiện của họ. Vì chúng ta luôn cố gắng tìm hiểu nghĩa của thông tin đến, nên phiên bản được lưu truyền phải được hiệu chỉnh cho đến khi nào có vẻ có ý nghĩa đối với người đang phát biểu. Dĩ nhiên, điều này rất giống như cách mà trí nhớ xã hội thường diễn ra – chúng ta chứng kiến hay từng trải sự việc chỉ một lần, sau đó kể cho bạn bè nghe. Bạn bè lại kể cho người khác, thế là câu chuyện bị bóp méo.

Tái tạo tin đồn và theo chuỗi

Một trong những minh họa tái tạo theo chuỗi phổ biến nhất trong đời sống thực là sự lan truyền tin đồn. Người ta nghe chuyện và tin tức, sau đó rỉ tai cho nhau. Nhưng tính chất chủ động trong xử lý trí nhớ của chúng ta có nghĩa là nếu một thông tin nói chung là mơ hồ thì sẽ bị bóp méo nghiêm trọng. Nếu con người không có nhiều thông tin để thảo luận, họ sẽ lấp khoảng trống ấy, để tạo ra câu chuyện nhất quán hơn. Allport và Postman (1947) nghiên cứu tin đồn trong thời chiến lan truyền như thế nào. Vì thông tin rất khan hiếm trong Thế chiến II, bất kỳ thông tin nào cũng có khuynh hướng phóng đại và làm cho phức tạp thêm để trở thành câu chuyện hấp dẫn. Thông tin lan truyền không rõ ràng, mơ hồ, được hiểu theo "hiểu biết" hiện tại, có nghĩa là có nhiều loại tin đồn thất thiệt lan truyền, nhưng mọi người kể lại với sự chắc chắn tuyệt đối như thể là có thực.

Nghiên cứu của Allport và Postman quan niệm "nỗ lực tìm ý nghĩa" của Bartlett có thể sử dụng để tìm hiểu ý nghĩa cách diễn ra tin đồn. Con người trong nghiên cứu của Allport và Postman có tư tưởng phát triển tốt về chiến tranh và đối phương – mặc dù tư tưởng của họ không đúng với thực tế. Vì thế mỗi loại thông tin mới được đưa vào khuôn khổ suy nghĩ hiện có của họ sao cho thích hợp, nếu không thích hợp thì điều chỉnh cho thích hợp.

Tình trạng tương tự thường xảy ra với một sự kiện mang tính cảnh báo nhưng thực tế người ta không biết nhiều về chúng. Chẳng hạn, vụ ám sát Yorkshire Ripper trong thập niên 1970 và 1980 tạo ra nhiều tin đồn trong vùng nhưng ít có cơ sở thực tế. Brunvand (1983) chứng minh rằng đây thường là những câu chuyện cũ được kể lại để liên hệ với các sự kiện gần đây, sửa lại cho phù hợp với tình huống gần đây – như câu chuyện thường nghe về người đi nhờ xe nhận thấy chiếc rìu nhỏ dính máu nằm ở ghế sau. Thật thú vị, những người kể lại câu chuyện này thường hoàn toàn không tin vào sự chính xác của mình, nhưng Brunvand nêu rằng người ta giả sử người khác cũng biết câu chuyện xảy ra nhưng không bao giờ biết chúng trực tiếp!

Giản đồ

Tin đồn phát triển khi con người kết hợp những mẩu thông tin vào **giản đồ** hiện có của mình – khuôn khổ suy nghĩ mà họ sử dụng để làm cho đời sống hàng ngày có ý nghĩa. Chúng ta sẽ khảo sát vấn đề này chi tiết hơn trong Chương 5. Như Bartlett chứng minh, chúng ta thường có khuynh hướng làm cho thông tin phù hợp với giản đồ thích hợp, và có thể miễn cưỡng khi phải nhớ chi tiết không thích hợp. Có nhiều minh họa về điều này trong đời sống hàng ngày. Chẳng hạn, nếu một người bạn của bạn không thích một người khác, thì họ thường miễn cưỡng khi chấp nhận rằng có một điều gì đó tốt về họ – nhiều đến mức sao cho nếu họ nghe người khác làm một việc gì đó tử tế và không ích kỷ đối với người khác, thì họ thường giải thích lại thông tin ấy bằng cách thêm thuộc tính vào một số động cơ ích kỷ trong hành động của mình.

Điều này không có nghĩa là chúng ta hoàn toàn không thể nhớ đến thông tin không ngờ đến hay không mong muốn, nhưng có nghĩa là chúng ta thường có khuynh hướng chọn cách dễ hơn. Chúng ta rất có thể nhớ đến thông tin nào đối với chúng ta có ý nghĩa nhiều hơn, vì thế nếu chúng ta uốn nắn để thông tin ấy phù hợp với giản đồ của mình, thì chúng ta thường uốn theo tiềm thức, dĩ nhiên! Do đó, chúng ta quên thông tin mâu thuẫn, và chỉ nhớ thông tin liên quan.

Quan niệm xem trí nhớ trên cơ sở giản đồ là một tiếp cận liên kết mật thiết với quan niệm chu kỳ nhận thức của Neisser, trong đó giản đồ dự đoán định hướng nghiên cứu nhận thức, và mẫu thế giới nhận thức đến phiên nó sẽ hình thành giản đồ (xem Chương 2). Theo cách tương tự, giản đồ hiện có của chúng ta điều khiển trí nhớ, theo nghĩa làm cho chúng ta chuẩn bị nhớ nhiều sự việc này hơn sự việc khác, trong khi thông tin mà chúng ta thực sự tiếp nhận và nhớ lần lượt ảnh hưởng đến sự phát triển của giản đồ.

CHUYỆN PHIẾM

Chuyện phiếm là một quá trình khác qua đó trí nhớ của chúng ta làm thế nào cho thích hợp với mong đợi hay giản đồ hiện có. Minh họa chuyện phiếm được thể hiện trong nghiên cứu của Loftus và Loftus (1975), cho những người tham gia nghiên cứu nhìn thấy một đoạn phim quay tai nạn giao thông, sau đó hỏi họ có nhận xét gì. Có hai nhóm người tham gia, mỗi nhóm hỏi những câu hơi khác nhau, "ô tô khi đụng nhau chạy nhanh bao nhiêu?" và "ô tô khi đâm sầm vào nhau nhanh đến cỡ nào?"

Một tuần sau họ hỏi người tham gia nghiên cứu về đoạn phim sao cho họ phải hồi tưởng, nhớ lại. Lần này tất cả đều được hỏi trong phim có kính vỡ do tai nạn hay không. Mặc dù không có kính vỡ, nhưng nhóm được hỏi bằng từ "đâm sầm" nhớ rất rõ việc nhìn thấy kính vỡ văng tung tóe trên đường sau tai nạn. Từ trong câu hỏi đã gợi ý cho họ và có nghĩa người tham gia nghiên cứu có trí nhớ chủ động phù hợp với suy nghĩ của họ: họ nhớ tai nạn nghiêm trọng hơn thực tế xảy ra.

Tính cứng nhắc trong chuyện phiếm

Người ta thường có khuynh hướng gắn bó với trí nhớ của riêng mình cho dù trí nhớ ấy không chính xác. Kay (1955) đọc một đoạn văn, sau đó yêu cầu người tham gia viết lại đoạn văn ấy. Sau đó, họ nghe đọc lại đoạn văn này. Lần đọc lại tiến hành liên tiếp một tuần một lần trong 7 tuần, mỗi lần cùng đoạn văn, Kay nhận thấy mỗi tuần, người tham gia tạo ra một phiên bản câu chuyện giống như lần trước, cho dù có sự khác biệt rất lớn giữa phiên bản của họ và phiên bản ban đầu. Vấn đề họ nghe phiên bản ban đầu cách quãng không có vẻ tạo ra sự khác biệt bất kỳ.

Có vẻ một khi chúng ta tạo ra một tập hợp trí nhớ phù hợp với suy nghĩ hiện tại thì chúng ta cũng có khuynh hướng trung thành với nó và thay đổi suy nghĩ của mình thật không dễ. Điều này cũng diễn ra với niềm tin xã hội: Kruglanski (1980) chứng minh con người thường "cứng nhắc" trong một giải thích cụ thể, không thay đổi suy nghĩ cho dù suy nghĩ này rành rành là suy nghĩ không chính xác. Chúng ta khảo sát điều này chi tiết trong Chương 13.

Xác nhận của nhân chứng

Vấn đề trí nhớ con người như một quá trình suy nghĩ chủ động hơn là một loại ghi âm là vấn đề quan trọng đối với luật pháp, nhất là khi phải tập hợp lời giải thích của nhân chứng về sự cố hay những sự kiện ấn tượng. Người ta thường có khuynh hướng giải thích điều mình nhận thấy theo nghĩa họ mong đợi xảy ra và trí nhớ của họ phản ánh mong đợi ấy – nhiều đến mức giống như một trò đùa ở cảnh sát khi bạn có đến 20 nhân chứng nhìn thấy một tai nạn và chắc chắn bạn có được lời giải thích về 20 tai nạn khác nhau! Tìm hiểu điều gì thực sự diễn ra là một quá trình so sánh, phân tích cẩn thận những lời giải thích khác nhau.

Ví dụ khác về chuyện phiếm trong trí nhớ xuất hiện trong bối cảnh sử dụng **thuật thôi miên** để giúp con người nhớ lại sự kiện. Gibson (1982) đề cập thôi miên đôi khi được sử dụng trong điều tra của cảnh sát, vì nhiều cảnh sát nghĩ rằng nhớ lại là một quá trình có thực, hình thành sự lần theo trí nhớ chính xác có thể "quay lại" khi thôi miên. Nhưng thực ra, thực tế lại khác.

Người được thôi miên trong tình trạng ám thị, họ phải rất khó nhọc để hợp tác với người điều tra hay người thôi miên càng nhiều càng tốt. Chính sự tự nguyện hợp tác làm cho tình trạng thôi miên trở nên đặc biệt (xem Chương 11). Vì điều này, nếu người được thôi miên được hỏi về sự kiện thì họ ráng sức trả lời với một điều gì đó hợp lý, liên kết bất kỳ điều gì họ đang suy nghĩ với nhau, đôi khi nghĩ ra chi tiết một cách vô thức. Họ làm thế vì họ biết rằng người thẩm vấn thích nghe một điều gì đó và họ muốn mình giúp ích.

Trong quá trình chuyện phiếm này, người ta nghĩ rằng trí nhớ của mình là những gì đang diễn ra "thực sự". Chuyện phiếm không có gì phải làm đối với nói dối, vì con người thường hoàn toàn chắc chắn rằng điều mình đang nói là đúng –

họ có thể hình dung quang cảnh rõ ràng và nhớ các chi tiết nhỏ (giống như cách những người tham gia nghiên cứu Loftus "nhớ" kính vỡ rất rõ). Nhưng trí tưởng tượng của con người rất sống động, chỉ những gợi ý từ người thẩm vấn, thường là những gợi ý rất tế nhị, cùng với trí tưởng tượng, và sự phỏng đoán của chính người tham gia có thể tạo ra trí nhớ không quan hệ gì với điều đang diễn ra thực sự.

Chuyện phiếm nói chung không phải là không phổ biến bất cứ khi nào yêu cầu người ta nhớ lại sự việc trong tình trạng lo âu hay động cơ thúc đẩy cao. Người bị thôi miên, tự nguyện và hợp tác, có động cơ thúc đẩy rất cao. Một sự thẩm vấn bất kỳ của cảnh sát cũng tạo ra sự lo âu, thậm chí ở những người biết rằng mình không thuộc dạng bị tình nghi. Điều này giải thích tại sao Gibson (1982) lập luận rằng sử dụng thôi miên trong thẩm vấn của cảnh sát nên được xem tương đương với sự can thiệp làm xáo trộn chứng cứ, tòa án nên ngăn cấm.

Trí nhớ của John Dean

Trong những năm gần đây ngày càng có sự quan tâm đến các tiếp cận trí nhớ sinh thái: nghiên cứu sự việc xảy ra trong đời sống hàng ngày được nhớ ra sao. Như chúng ta đã biết, nhiều người xem trí nhớ như thể là một loại "ghi âm" các sự kiện như chúng xảy ra, nhưng nghiên cứu tính chính xác của nhân chứng của Loftus và nhiều người khác cho thấy rằng chúng ta luôn chủ động xử lý trí nhớ của mình, làm cho chúng thích hợp với giản đồ và niềm tin của chúng ta về tình huống.

Một nghiên cứu mẫu diễn ra tự nhiên do Neisser (1981) khảo sát lời xác nhận trong phiên tòa xử vụ Watergate, kết quả tổng thống Mỹ, Richard Nixon phải từ chức. Trong phần đầu phiên tòa, nhiều người tập trung chú ý lời xác nhận của John Dean, cố vấn trước đây của tổng thống. Khi bị thẩm tra, Dean chứng tỏ có trí nhớ chi tiết đáng lưu ý về những cuộc trao đổi và sự kiện diễn ra trước đó. Ông bảo rằng mình đã áp dụng phương pháp "tái cấu trúc", chú ý sưu tập các mẩu báo cắt và tự mình hồi tưởng tình huống.

Sau này trong phiên tòa, người ta tìm hiểu và sao chép các đoạn băng ghi lại các cuộc đối thoại tương tự, so sánh nghiên cứu của Neisser với việc nhớ lại của Dean qua thông tin trong băng. Ông nhận thấy trí nhớ của Dean, mặc dù rất rõ ràng, nhưng hầu như hoàn toàn không chính xác nếu xét chi tiết cụ thể. Tuy nhiên, ý chính của những gì được tiết lộ được nhớ lại chính xác: Dean chính xác trong việc nhớ lại ý nghĩa xã hội của sự kiện nhưng không chính xác trong chi tiết thực tế. Neisser cho rằng chỉ khi nào chúng ta xét đến ý nghĩa và bối cảnh chung của một trí nhớ mà chúng ta thực sự đánh giá đó là trí nhớ đúng: chi tiết không phải lúc nào cũng là dấu chỉ báo ý nghĩa nhất vấn đề thực.

CẢM XÚC VÀ ĐỘNG CƠ THÚC ĐẨY TRONG TRÍ NHỚ

Có nhiều nghiên cứu chứng minh những loại yếu tố cá nhân ảnh hưởng đến trí nhớ của chúng ta. Trong một nghiên cứu tôi đề cập lúc đầu, Morris *và người khác* (1981) yêu cầu người tham gia nghiên cứu ghi nhớ bảng liệt kê các đôi từ – chữ số. Không giống hầu hết những liệt kê sử dụng trong thí nghiệm trí nhớ, những liệt kê này đều có một số ý nghĩa thực tế vì chúng là liệt kê kết quả đá banh của ngày hôm ấy, chương trình phát thanh vào chiều thứ Bảy. Các nhà nghiên cứu chia ra hai nhóm người tham gia, một nhóm gồm cổ động viên đá banh cuồng nhiệt còn nhóm kia là những người không thích đá banh.

Người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đến phòng thí nghiệm vào chiều thứ Bảy, chú ý lắng nghe kết quả của ngày hôm ấy. Trước đó họ nhất trí không nghe tường thuật bóng đá trong ngày. Sau đó người tham gia nghe một lần 64 tập hợp kết quả – như nghe radio – sau đó được yêu cầu viết lại những điều mình nhớ càng nhiều càng tốt. Bằng cách so sánh với nhóm kiểm soát, vốn không thích đá banh, cổ động viên đá banh nhớ tỉ số nhiều hơn (chúng ta nghiên cứu khái niệm ý nghĩa thống kê trong Chương 6).

Để kiểm tra liệu có phải số cổ động viên này đoán kết quả giỏi hơn hay không, người thí nghiệm đưa ra một điều kiện khác trong nghiên cứu, yêu cầu người tham gia dự đoán tỉ số của đội bóng ghi được vào ngày hôm ấy. Các nhà nghiên cứu nhận thấy cổ động viên đá banh cũng không giỏi hơn nhóm kiểm soát. Khi yêu cầu họ nhớ số bàn thắng ghi được thì cũng không có sự khác biệt: chính sự quan tâm đá banh của họ có nghĩa là họ có động cơ thúc đẩy cao trong việc nhớ tỉ số, vì thế họ nhớ tốt hơn.

Khả năng khác là tên của đội bóng vốn xa lạ với người không thích đá banh, nhưng Morris *và người khác* chắc chắn rằng người không thích đá banh cũng quen thuộc tên của đội bóng, nhưng bản thân điều này là sự biểu thị mức độ động cơ thúc đẩy của họ cao hơn. Cổ động viên đá banh có động cơ thúc đẩy cao chủ động lưu trữ trí nhớ của mình, liên kết chúng với thông tin khác mà họ đã biết, vì thế đối với họ mỗi mục thông tin đều có ý nghĩa thực sự. Đối với người không thích đá banh, một tỉ số bàn thắng cũng giống như bao sự việc khác, vì thế họ không cho rằng tỉ số là quan trọng, đặc biệt cần phải nhớ.

Cảm xúc của chúng ta cũng ảnh hưởng đến trí nhớ: Bower, Minteiro và Gilligan (1978) yêu cầu người tham gia nghiên cứu ghi nhớ bảng liệt kê từ trong khi họ trong trạng thái cảm xúc đặc biệt. Người thí nghiệm sử dụng sự thôi miên nhẹ để gợi ra tâm trạng "vui vẻ" hay "buồn chán" ở mỗi người tham gia, sau đó trao cho mỗi người một bảng liệt kê. Sau đó, mỗi người tham gia nghiên cứu được đặt trong trạng thái cảm xúc khác, cũng được thôi miên nhẹ, phải nhớ một bảng liệt kê khác. Kế tiếp người tham gia phải làm công việc xao lãng, mà nhà nghiên cứu hi vọng sẽ làm họ không tập trung. Về sau, họ được thôi miên lần nữa, trong tâm trạng "vui vẻ" hay "buồn chán", được yêu cầu nhớ lại các hạng mục từ cả hai bảng liệt kê. Người thí nghiệm nhận thấy họ nhớ thông tin nhiều nhất khi trong cùng trạng thái cảm xúc giống như trạng thái cảm xúc khi học bảng liệt kê.

Tất cả những nghiên cứu này cho chúng ta biết trí nhớ con người hoạt động theo cách khác với việc "ghi âm" khách quan, thực tế sự việc đang diễn ra – cho dù chúng ta cảm thấy như thế. Trí nhớ là một quá trình chủ động, liên kết mật thiết nhận thức của chúng ta với các hệ thống trình bày khác chẳng hạn như giản đồ và khái niệm mà chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong Chương 5.

NHỚ TRONG ĐỜI SỐNG HÀNG NGÀY

Nhớ trong đời sống hàng ngày bao gồm nhiều loại khía cạnh nhớ khác nhau mà phần lớn chúng ta đang khảo sát. Morris (1982) tóm tắt những điểm chính trong lĩnh vực bao gồm: sự chính xác của nhân chứng, sử dụng thuật nhớ và bản đồ nhận thức, phát triển chiến lược nhớ, trí nhớ và tuổi già, lãng trí, nhớ làm việc gì đó, và nghiên cứu trí nhớ nhấp nháy. Chúng ta nghiên cứu một số loại trí nhớ này, vì thế chúng ta khảo sát trí nhớ nhấp nháy, nhớ làm việc gì đó, lãng trí và một lĩnh vực nổi bật từ khi Morris biên soạn luận văn của mình, đó là trí nhớ tự truyện.

Trí nhớ nhấp nháy

Brown và Kulik (1977) nhận thấy sự kiện ấn tượng thường tạo ra trí nhớ nhấp nháy trong đó toàn bộ bối cảnh trí nhớ được nhớ rất rõ ràng. Họ hỏi nhiều câu "khi nghe tổng thống Kennedy bị ám sát, bạn đang làm gì?" và nhận thấy trong 80 người có 79 người nhớ chính xác lúc đó họ ở đâu, đang làm gì. Trí nhớ của họ về loại chi tiết bối cảnh rất rõ ràng – như thể họ được soi rọi bởi một bóng đèn nhấp nháy.

Các nhà nghiên cứu trí nhớ nhấp nháy nghiên cứu nhiều sự kiện khác nhau. Chẳng hạn, Pillemer (1984) tìm thấy kết quả có thể so sánh với trí nhớ nỗ lực ám sát tổng thống Reagan năm 1981, Conway *và người khác* (1994) nghiên cứu trí nhớ về sự từ chức của thủ tướng Margaret Thatcher. Các nhà tâm lý học nghiên cứu tác động thảm họa của tàu Con Thoi, và gần đây hơn, cái chết của công nương Diana.

Tuy nhiên thật khó giải thích chính xác điều gì diễn ra với trí nhớ nhấp nháy. Brown và Kulik viện dẫn công trình Livingston (1967) làm lời giải thích. Livingston cho rằng sự kiện gây ngạc nhiên hay cảm xúc kích hoạt các trung tâm phía dưới ở bộ não khởi sự những hệ thống cảnh báo chung và mức độ hoạt động cao ở não. Vì lúc ấy não hoạt động ở khả năng cao hơn nên sự kiện trong thời điểm – bao gồm thông tin bối cảnh – trở nên cố định thường trực trong trí nhớ.

Mặc dù các nhà nghiên cứu khác không thừa nhận quan điểm này. Nếu đúng thế thì trí nhớ nhấp nháy sẽ là sự ghi chép rõ ràng, thực tế sự việc đã diễn ra. Nhưng Neisser (1982) cho rằng khi tìm hiểu trí nhớ nhấp nháy chi tiết hơn, thì người ta nhận thấy không chính xác, có chi tiết hoàn toàn không hề diễn ra. Chẳng hạn (mặc dù Neisser không biết chi tiết này!), về phần tôi cũng có trí nhớ nhấp nháy rất mạnh khi nghe tin tổng thống Kennedy bị ám sát, lúc ấy tôi 10 tuổi. Tôi vẫn nhớ chính xác lúc ấy tôi đang ở trong phòng nào và chính mắt nhìn thấy hình ảnh sống động được tường thuật trên tivi. Nhưng vấn đề là tôi không thể ở trong căn phòng cụ thể ấy vào thời điểm ấy vì một năm sau gia đình tôi mới dọn đến ở trong căn nhà ấy. Tôi chắc chắn hiểu rằng sự kiện trước khi sống trong căn nhà ấy vì sự kiện được thảo luận trong căn nhà khác và trường học khác. Vì thế trí nhớ nhấp nháy không chính xác, cho dù nó rất mạnh, có cảm tưởng như thể là thực.

Neisser cho rằng không cần giải thích trí nhớ nhấp nháy bằng hoạt động đặc biệt của não. Thay vào đó, ông cho rằng điều gì thực sự tạo ra trí nhớ nhấp nháy là việc chúng ta đề cập đến những sự kiện này quá nhiều sau khi chúng xảy ra. Khi trò chuyện, chúng ta thêm thắt chi tiết bối cảnh lúc ấy mình đang ở đâu vì chúng thích hợp với giản đồ truyền thống mà chúng ta sử dụng khi kể chuyện – những gì chúng ta gọi là **quy ước kể chuyện.** Vì thế chính sự ôn lại những sự kiện này thường xuyên ấn định chúng như trí nhớ nhấp nháy chứ không phải là sự kích hoạt thần kinh.

Không phải ai cũng đồng ý với Neisser (nhà tâm lý học, cũng như các nhà khoa học khác hiếm khi hoàn toàn nhất trí về một vấn đề). Thompson và Cowan (1986) khẳng định rằng hầu hết trí nhớ nhấp nháy đều khá chính xác, chỉ có một ít sai sót về tái cấu trúc. Nhưng mặc dù việc không thừa nhận khẳng định của Neisser cho rằng phần lớn trí nhớ nhấp nháy là không chính xác, thì cũng không thừa nhận giải thích của ông vì trí nhớ chính xác hợp lý chỉ xảy ra cho dù trí nhớ có phát xuất từ văn bản tường thuật hay từ sự kích hoạt thần kinh. Phần lớn sự tái cấu trúc trí nhớ của chúng ta được hình thành trên khả năng có thể đúng, và vì thế hầu hết ví dụ rút ra từ các văn bản tường thuật có khuynh hướng tương ứng với thực tế. Ngoại lệ duy nhất là cho chúng ta biết bất cứ điều gì về những gì đang diễn ra. Nhưng hiện tại, chúng ta hoàn toàn không biết nhiều về quá trình có thể phát biểu dứt khoát sự việc diễn ra ra sao.

Trí nhớ về sau

Các nhà tâm lý học nghiên cứu trí nhớ ngày càng quan tâm với trí nhớ hàng ngày hơn là với các công việc trong phòng thí nghiệm tương đối trừu tượng, một phần vì cả hai thường cho kết quả hoàn toàn khác nhau. Istomina (1975) so sánh trí nhớ bảng liệt kê từ ngữ ở trẻ em trong phòng thí nghiệm với trò chơi mua sắm. Mặc dù hai công việc hoàn toàn giống nhau, nhưng trong trò chơi, trẻ nhớ từ ngữ nhiều hơn trong phòng thí nghiệm.

Nghiên cứu của Istomina cũng khảo sát **trí nhớ về sau** cách chúng ta nhớ tiến hành vấn đề hay nhớ sự việc về sau. Nghiên cứu có sự tham gia của trẻ từ 3 – 7 tuổi, có sự cải thiện đáng kể khi trẻ lớn tuổi hơn. Trẻ nhỏ tuổi thường khó nhớ các hạng mục trong bảng liệt kê mua sắm, nhưng trẻ lớn tuổi hơn thường hiểu rõ khả năng mình sẽ quên, vì thế cẩn thận hơn để ghi nhớ.

Hiểu biết về trí nhớ – chẳng hạn hiểu biết rằng bạn sẽ quên một điều gì đó – gọi là **trí nhớ đối chứng.** Kreutzer và nhiều người khác (1975) nghiên cứu trí nhớ đối chứng ở trẻ bằng cách yêu cầu chúng nghĩ ra cách để chắc chắn rằng phải nhớ mang giày trượt băng đến trường vào sáng hôm sau. Họ nhận thấy trẻ có khuynh hướng nhận thức rõ về sự hoạt động của trí nhớ và chúng có thể sẽ quên. Hầu hết đều nêu ra một số loại chiến thuật chẳng hạn như đặt giày ở nơi nào dễ thấy hay viết vào sổ nhớ mang giày vào sáng hôm sau. Họ hỏi trẻ em từ 4 – 7 tuổi, nhận thấy trẻ lớn tuổi hơn có kế hoạch rõ ràng hơn, nhưng ngay cả trẻ nhỏ tuổi cũng nhận biết mình sẽ quên.

Meacham và Leiman (1982) phân biệt giữa **nhớ theo thói quen,** hay nhớ làm việc gì đó ít nhiều mang tính tự động, như đánh răng trước khi đi ngủ và **nhớ theo tình tiết,** bao gồm việc nhớ làm những việc đặc biệt hay không thường xuyên, chẳng hạn như ghé vào nhà hàng xóm trên đường từ nơi làm về nhà. Hai loại trí nhớ về sau bao gồm các loại hỗ trợ trí nhớ khác nhau: nhớ theo thói quen được hỗ trợ nếu kết hợp với các thông lệ tự động khác, trong khi nhớ theo tình tiết được hỗ trợ bởi những việc nằm ngoài thông lệ, như đặt một vật gì đó vào vị trí đặc biệt dễ nhận thấy.

Đãng trí

Tất cả chúng ta đều gặp sai sót của trí nhớ hay **đãng trí.** Thông thường sai sót do đãng trí gây ra tương đối không quan trọng, nhưng trong một số trường hợp lại cực kỳ nghiêm trọng – như trong trường hợp người lái xe buýt làm hỏng tầng trên cùng khi lái xe buýt hai tầng chui qua cầu có chiều cao quá thấp. Anh ta thường lái xe buýt một tầng trên tuyến đường ấy và hoàn toàn hành động theo thói quen. Trong nhiều cách khác biệt thật sự giữa sai lầm lớn hay nhỏ không phải nằm trong tâm lý học nền tảng cho sai lầm mà nằm trong hậu quả của nó. Điều không quan trọng khi bạn bẻ quẹo chữ U trên đoạn đường về nhà quen thuộc, thay vì hủy bỏ chuyến đi để đi mua sắm, nhưng trở thành nghiêm trọng khi sai lầm ấy do người lái xe buýt phạm phải trên tuyến đường cụ thể.

Reason (1984) phân biệt giữa hai loại sai lầm chính: lỗi lầm và sơ suất. **Lỗi lầm** là lỗi trong chính hành động được hoạch định sự việc diễn tiến sai do tính toán nhầm, trong khi **sơ suất** là lỗi trong đó sự việc không diễn ra theo kế hoạch, thường do con người không chú ý. Reason cũng mô tả những loại sơ suất đặc biệt mà ông gọi là **sai sót,** thường không hiển nhiên đối với người quan sát bên ngoài mà chỉ hiển nhiên đối với người có liên quan – như quên tên một người nào đó. Mặc dù mỗi loại sai lầm này đã được nghiên cứu nhưng hầu hết nghiên cứu đều tập trung vào sơ suất hàng ngày.

Một số nhà nghiên cứu khảo sát sự đãng trí bằng cách sử dụng **bảng câu**

hỏi. Broadbent *và người khác* (1982) nhận thấy khi họ yêu cầu người tham gia báo cáo sơ suất của mình bằng bảng câu hỏi, và so sánh kết quả với đánh giá của vợ hay chồng, thì hai đánh giá hoàn toàn tương quan, cho thấy bảng câu hỏi là cách đánh giá sơ suất hàng ngày hữu dụng. Họ cũng phát hiện rằng những người có điểm cao ở một loại hình sơ suất, như quên tên người khác, cũng thường có điểm cao trong các loại hình sơ suất khác, và cho rằng điều này ngụ ý sơ suất xảy ra với một số loại quá trình kiểm soát nhận thức chung chứ không phải phát sinh từ sai lầm trong hệ thống phụ cụ thể trong trí nhớ.

Martin và Jones (1983) nhận thấy người có điểm cao trong những bảng câu hỏi như thế thường rất kém khi thực hiện hai công việc cùng lúc, mặc dù khi thực hiện từng công việc riêng biệt, họ không gặp khó khăn. Kết quả tương tự từ các nhà nghiên cứu khác dẫn đến quan niệm chung cho rằng quá trình "kiểm soát chính" bao gồm việc phân bố sự chú ý của chúng ta đối với những sự việc khác nhau cùng lúc, điều này cũng giải thích tại sao người ta thường báo cáo nhiều loại sơ suất này hơn khi bị căng thẳng: nếu tác nhân gây căng thẳng thu hút nhiều sự chú ý của họ thì nghiên cứu hàng ngày khác sẽ bị tổn hại.

Reason (1979) sử dụng **phương pháp nhật ký** điều tra, trong đó yêu cầu người ta viết ra sai sót trí nhớ bất kỳ hay các sơ suất khác mà họ đã làm ngay sau khi nhận biết mình đã sơ suất. Từ dữ liệu thu thập ở những nhật ký này, Reason có thể rút ra một số kết luận chung về sơ suất hàng ngày, liệt kê trong Bảng 3.3. Nghiên cứu này và những nghiên cứu khác tương tự giúp chúng ta nhận dạng nhiều đặc điểm khác nhau về trí nhớ hàng ngày và cách trí nhớ hoạt động. Chúng ta thường

Bảng 3.3: Tính chất sai sót hàng ngày

1. *Tính thường xuyên*	Sơ suất trong hoạt động thường xảy ra khi người ta thực hiện những công việc theo thói quen, tự động trong môi trường quen thuộc.
2. *Không chú ý*	Sai sót thường xảy ra khi sự chú ý của một người bị một vấn đề khác chi phối – hoặc bên trong chẳng hạn họ đang lo lắng một điều gì đó, hay từ bên ngoài chẳng hạn nếu họ bị tiếng động đột ngột làm xao lãng.
3. *Thói quen ảnh hưởng*	Chiếm đến 40% sơ suất trong hành động được báo cáo, người ta thường hay sơ suất do thói quen vào lúc họ phải làm công việc gì khác, sơ suất này diễn ra trong địa điểm quen thuộc và thường bao gồm những thay đổi tương tự ở hành động mà cá nhân dự tính thực hiện ban đầu.
4. *Chuỗi sai sót*	Sơ suất trong đó con người "đánh mất vị trí của mình" theo chuỗi - quên nơi họ xuất phát và bắt đầu trở lại không đúng chỗ.
5. *Phối hợp sai sót*	Đây là những sơ suất trong đó con người "hòa trộn" hai công việc khác nhau hay các yếu tố công việc khác nhau – chẳng hạn dùng dao làm thìa khuấy tách cà phê hay dùng thìa cà phê để trét mứt lên bánh mì nướng!

Nguồn: Reason, 1979

học được nhiều nhất về một hệ thống nếu nghiên cứu khi nào hệ thống ấy sai lầm – khi mọi việc hoạt động trôi chảy thì không dễ cho rằng điều gì đang diễn ra!

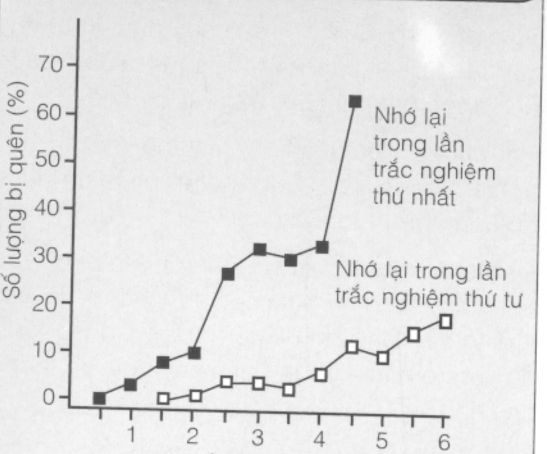
Trí nhớ tự truyện

Các nhà tâm lý học cũng nghiên cứu trí nhớ con người vì kinh nghiệm cá nhân của riêng họ còn gọi là **trí nhớ tự truyện.** Linton (1975) ghi nhật ký trong đó mỗi ngày bà viết hai sự kiện quan trọng, trong hơn 5 năm. Mỗi tháng bà chọn ngẫu nhiên hai mục, đọc mô tả, cố nhớ ngày tháng sự việc ấy xảy ra. Nếu nói chung không nhớ mọi sự kiện, thì bà bỏ không đọc từ các mẫu sau này.

Linton nhận thấy có sự mất trí nhớ ổn định đối với những hạng mục này mức độ khoảng 5% một năm. Nhưng sự ôn lại cũng đóng một vai trò. Quá trình chọn lọc ngẫu nhiên có nghĩa là một vài hạng mục xuất hiện thường xuyên. Những hạng mục này cho thấy ít nhiều quên những gì chỉ được nhớ lại trong một lần duy nhất. Nếu hạng mục được nhớ lại thường xuyên hơn thì càng ít bị quên hơn (xem Hình 3.7).

Có những yếu tố khác được tiết lộ trong nghiên cứu của Linton. Chẳng hạn, những sự kiện ban đầu đặc biệt đáng nhớ. Bà thường tham dự các buổi họp của ủy ban, nhóm họp ở xa, và bà nhớ cuộc họp đầu tiên rất rõ. Mặc dù những cuộc họp sau này thường dễ quên hơn. chứng cứ đáng lưu ý khác là sự kiện có vẻ đặc biệt mang tính cảm xúc vào lúc bà viết chúng ra giấy, hóa ra không nhớ nhiều hơn các sự kiện khác khi bà cố nhớ chúng. Linton giải thích điều này là vì khi hồi tưởng những sự kiện ấy không còn gây cảm xúc nữa – cảm xúc của bà thay đổi qua thời gian.

Hình 3.7: Mất thông tin trong trí nhớ tự truyện



Brown, Rips và Shevell (1985) yêu cầu người tham gia nghiên cứu ghi lại ngày tháng xảy ra sự kiện cụ thể, chẳng hạn như thảm họa Challenger hay vụ phun trào núi Helens.

Họ nhận thấy người tham gia nghiên cứu thường sử dụng điểm mốc trong đời sống cá nhân (chẳng hạn, "đó là năm tôi lập gia đình...", hay "đó là năm tôi tốt nghiệp") để ấn định ngày tháng. Hơn 70% trí nhớ được ấn định theo cách này. Nhưng họ cũng phát hiện rằng ngày tháng của cá nhân chắc chắn được sử dụng để nhớ các sự kiện phi chính trị hơn là chính trị. Người ta thường sử dụng những sự kiện chính trị khác để nhớ ngày tháng chính trị chứ không phải là sự kiện cá nhân.

Conway và Bekerian (1987) cho rằng trí nhớ tự truyện được cấu trúc trên ba cấp độ khác nhau. Cấp độ cao nhất, hiển nhiên là quan trọng nhất là cấp độ **quãng đời** – khoảng thời gian trong đó một số khía cạnh trong đời sống cá nhân không đổi hợp lý, chẳng hạn sống chung với một người hay làm việc cho một công ty cụ thể. Cấp độ thứ hai bao gồm **sự kiện chung** – khả năng tương đối quan trọng xảy ra trong vài ngày, hay thậm chí vài tháng chẳng hạn như tham quan Úc, hay một giai đoạn tổ chức hội nghị. Cấp độ trí nhớ tự truyện thứ ba, thấp nhất, theo Conway và Bekerian, là cấp độ **hiểu biết sự kiện cụ thể.** Cấp độ này ám chỉ chi tiết và ấn tượng đi kèm với sự kiện cụ thể hay sự việc xảy ra trong đời sống.

Conway và Bekerian nhận thấy quãng đời là những gợi ý giúp con người phục hồi trí nhớ cụ thể tác động mạnh hơn hai cấp độ kia. Mỗi quãng đời có vẻ có tập hợp chủ đề cuộc sống, mục tiêu và cảm xúc, là yếu tố quan trọng để nhớ tập hợp toàn bộ các sự kiện. Các cấp độ trí nhớ tự truyện khác có vẻ được tổ chức theo hệ thống thứ bậc, sao cho mỗi cấp tùy vào sự nhận dạng cấp độ phía trên chúng để phục hồi. Conway và Rubin (1993) cho rằng điều này được chứng cứ thần kinh ủng hộ: không ai là không thể nhớ về chủ đề cuộc sống và quãng đời nhưng vẫn nhớ kiến thức về sự-kiện-cụ thể. Mặc dù con người không thể nhớ kiến thức về sự-kiện-cụ thể nhưng vẫn nhớ chủ đề cuộc sống. Chúng ta lập giản đồ và sắp xếp ký ức cá nhân của mình có vẻ thông qua các giai đoạn, thời kỳ khác nhau trong đời sống.

Khi đó chúng ta thấy rằng các nhà tâm lý học đã phát hiện một khối lượng đáng kể về trí nhớ trong hàng trăm năm qua. Nhưng bất chấp điều này, chúng ta vẫn chưa hiểu biết nhiều lắm về trí nhớ con người. Đây là chủ đề phức tạp, liên kết rất mật thiết không những với các lĩnh vực nhận biết khác chẳng hạn như nhận thức, ngôn ngữ và miêu tả, mà còn với kinh nghiệm xã hội của chúng ta nữa. Sự nhận diện xã hội, miêu tả xã hội và chữ viết xã hội tất cả đều ảnh hưởng đến những gì chúng ta nhớ được và định hình cách chúng ta hiểu. Cũng như với mọi lĩnh vực nhận thức khác, những gì chúng ta biết chỉ là phần đỉnh của tảng băng trôi – nhưng có thể vẫn còn hữu dụng!

Từ khóa

Lưu trữ âm thanh. Một yếu tố trong mô hình trí nhớ hoạt động của Baddeley lưu trữ miêu tả âm thanh trong suy nghĩ.

Mất trí nhớ tiền hành. Mất trí nhớ đối với những sự kiện diễn ra sau khi tổn thương gây nên sự mất trí nhớ.

Vòng lặp phát biểu hệ thống. Đặc điểm mô hình trí nhớ hoạt động của Baddeley có thể lưu giữ thông tin trong trí nhớ hoạt động thông qua sự ôn lại thường xuyên.

Phối hợp. Phối hợp các hạng mục thông tin thành những hạng mục có ý nghĩa hay bán ý nghĩa, vì thế cho phép sự mở rộng số lượng có thể duy trì trong trí nhớ ngắn hạn.

Chuyện phiếm. Nhớ lại sự kiện hay thông tin không chính xác do áp dụng kiến thức tồn tại trước đây.

Phương pháp nhật ký. Cách nghiên cứu con người làm gì trong đời sống hàng ngày bằng cách yêu cầu họ viết ra những hạng mục thông tin cụ thể trong thời gian đều đặn hay những dịp thích hợp.

Dấu ghi nhớ sâu. Tên đặt cho "lần theo trí nhớ" theo lý thuyết trong bộ não.

Trí nhớ tình tiết. Lưu trữ kinh nghiệm và sự kiện cá nhân, ràng buộc với bối cảnh cụ thể – nhớ sự việc đã và đang diễn ra.

Trí nhớ nhấp nháy. Trí nhớ hoàn toàn theo bối cảnh đi kèm với chuyện xảy ra hay biến cố ấn tượng.

Hình ảnh. Hình thức miêu tả tâm thần trên cơ sở và có vẻ mang hình thức cảm giác cụ thể (như hình ảnh tâm thần).

Sự can thiệp. Sự bóp méo hay phá vỡ trí nhớ xảy ra do kết quả của thông tin khác đang được học hay đã lưu trữ trong bộ nhớ.

Hội chứng Korsakoff. Tình trạng mất trí nhớ nghiêm trọng và chứng mất trí nhớ tiền hành do lạm dụng rượu lâu ngày.

Lý thuyết cấp độ xử lý. Quan niệm cho rằng điều gì xác định liệu có nhớ thông tin hay không và trong bao lâu, thông tin được xử lý ở mức độ nào – chẳng hạn suy nghĩ về thông tin khác và liên kết với thông tin khác.

LTM. Viết tắt của long-term memory (trí nhớ dài hạn).

Hình ảnh tâm thần Xem imagery.

Phân tích đối chứng. Phương pháp nghiên cứu phân tích kết quả của nhiều nghiên cứu khảo sát cùng một vấn đề.

Trí nhớ đối chứng. Nhận thức trí nhớ hoạt động ra sao.

Phương pháp cứ điểm. Chiến lược thuật nhớ bao gồm sắp xếp các hạng mục được nhớ bằng cách hình dung chúng ở những nơi cụ thể.

Thuật nhớ. Chiến lược giúp con người nhớ thông tin, thường sử dụng gợi ý chẳng hạn như nhịp điệu hay hình ảnh.

Mất trí nhớ hậu chấn thương. Quên điều gì đang diễn ra do kết quả trực tiếp của chấn thương não hay tai nạn.

Tác dụng vượt trội. Cách mà những sự việc đầu tiên ban đương đầu tạo nhiều ấn tượng hơn sự việc sau này. Chẳng hạn, chúng ta rất có thể nhớ các hạng mục đầu tiên trong bảng liệt kê nhiều hơn hay ấn tượng ban đầu mà ai đó tạo cho chúng ta.

Can thiệp tác động thuận. Vấn đề trong lưu trữ trí nhớ trong đó thông tin học được cản trở khả năng học thông tin mới.

Trí nhớ về sau. Trí nhớ sự việc sắp tới chẳng hạn như nhớ một cuộc hẹn.

Nhớ lại. Nhớ thông tin bằng cách phục hồi từ trí nhớ.

Tác dụng gần đây. Cách mà hạng mục thông tin gần đây nhất trong bảng liệt kê được nhớ rõ ràng hơn hạng mục đầu tiên.

Sự nhận biết. Hình thức nhớ trong đó con người nhận dạng thông tin đã học trước đây khi nó được trình bày, mặc dù không thể nhớ tự phát.

Khôi phục trọn vẹn. Tái cấu trúc trí nhớ từ những gợi ý thích hợp cho đến khi ghi chép trọn vẹn.

Sự ôn lại. Sử dụng cách lặp lại thông tin phải nhớ một cách liên tục.

Can thiệp tác động ngược. Mất trí nhớ diễn ra khi thông tin mới thay thế thông tin đã học trước đây.

Mất trí nhớ nghịch hành. Hình thức rối loạn trí nhớ trong đó con người không thể nhớ sự kiện hay thông tin được lưu trữ trước khi bị rối loạn.

Mã hóa ngữ nghĩa. Miêu tả thông tin trong não bằng cách sử dụng ý nghĩa của thông tin ấy để quyết định cách lưu trữ.

Trí nhớ ngữ nghĩa. Hiểu biết thế giới chung đặc biệt không lệ thuộc vào kinh nghiệm cá nhân.

Tái tạo theo chuỗi. Phương pháp nghiên cứu sự chính xác của trí nhớ bằng cách yêu cầu con người tái tạo những gì họ nhớ về một câu chuyện trong nhiều lần liên tiếp.

STM. Viết tắt của chữ short-term memory (trí nhớ ngắn hạn), hay trí nhớ kéo dài chỉ trong vài giây.

Trí nhớ tình trạng độc lập. Hình thức nhớ phụ thuộc vào bối cảnh sinh lý như ảnh hưởng của ma túy hay cảm xúc.

Âm tiết vô nghĩa. Âm tiết vô nghĩa gồm ba chữ không có nghĩa gồm một chuỗi phụ âm, nguyên âm và phụ âm (CVC).

Lý thuyết trí nhớ hai quá trình. Quan niệm cho rằng trí nhớ ngắn hạn và dài hạn thực sự là hai hệ thống hoàn toàn khác nhau, đối lập với các cấp độ xử lý khác nhau.

Trí nhớ hoạt động. Trí nhớ trực tiếp được sử dụng trong một thời gian đã định để thực hiện một công việc cụ thể.

Tóm tắt

1. Có hai truyền thống trong nghiên cứu trí nhớ: một do Ebbinghaus khởi xướng, ông lập ra các quá trình trong phòng thí nghiệm chặt chẽ, xem trí nhớ là sự ghi chép thực tế, một truyền thống khác của Barlett, tìm hiểu tầm quan trọng ý nghĩa con người trong trí nhớ, và xem trí nhớ là một quá trình nhận thức chủ động.
2. Trí nhớ mã hóa bao gồm nghiên cứu sử dụng, tác dụng thứ tự, hình ảnh và mã hóa ngữ nghĩa. Một số hệ thống thuật nhớ sử dụng hình ảnh để làm dễ nhớ hơn.
3. Lý thuyết trí nhớ hai quá trình cho rằng trí nhớ ngắn hạn và dài hạn là những lưu trữ hoàn toàn khác nhau, với mã hóa và xử lý lưu trữ khác nhau. Mô hình cấp độ xử lý không thừa nhận sự phân biệt này.
4. Mô hình trí nhớ hoạt động được đề xuất như một hệ thống liên kết chú ý và trí nhớ, và thay thế trí nhớ ngắn hạn, bao gồm điều hành chính, sổ nháp không gian - hình ảnh, vòng lặp phát biểu hệ thống, lưu trữ âm thanh và đăng ký đầu vào.
5. Có nhiều hình thức khác nhau trong lưu trữ trí nhớ dài hạn. Trí nhớ quá trình gồm việc nhớ cách thực hiện vấn đề trong khi trí nhớ tường thuật hay xác nhận bao gồm việc hiểu thông tin. Tulving phân biệt giữa hình thức tình tiết và ngữ nghĩa trong trí nhớ xác nhận.
6. Nghiên cứu sự phục hồi bao gồm các loại nhớ và lý do quên. Sự quên xảy ra do sự giảm sút trong lần theo trí nhớ, tổn thương não hay bệnh não, động cơ thúc đẩy, sự can thiệp từ các cách khác, gợi ý và bối cảnh không thích hợp hay xử lý không thích đáng.
7. Quan niệm xem trí nhớ như một quá trình chủ động gồm việc nghiên cứu áp dụng giản đồ, chuyện phiếm trong xác nhận nhân chứng và ảnh hưởng của cảm xúc và động cơ thúc đẩy đối với trí nhớ.
8. Nghiên cứu việc nhớ trong đời sống hàng ngày bao gồm nghiên cứu trí nhớ nhấp nháy, trí nhớ về sau và trí nhớ đối chứng, sự đãng trí và trí nhớ tự truyện.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Có thay đổi chính nào diễn ra khi nhớ lại theo chuỗi?
2. Phác họa giải thích chính đối với sự quên.
3. Mô tả lý thuyết cấp độ xử lý trí nhớ.

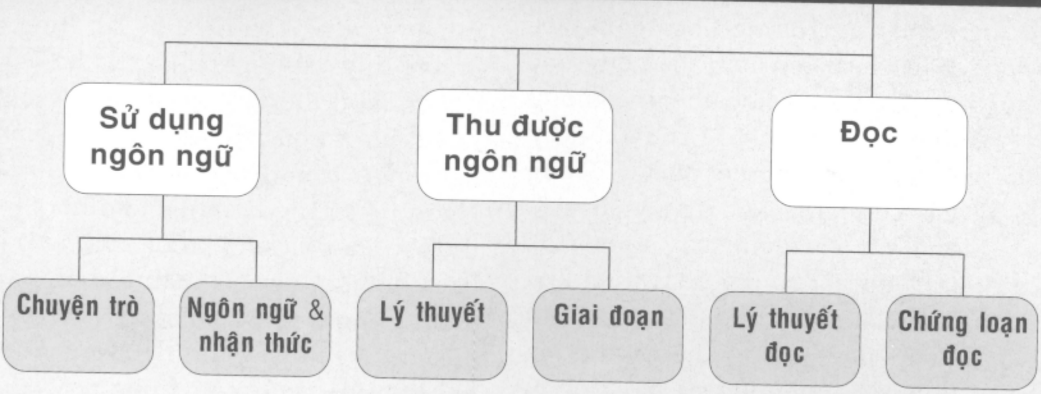
Câu hỏi thảo luận

1. Trí nhớ là hình thức không thể tách rời với con người đang nhớ. Hãy thảo luận.
2. Đánh giá chứng cứ lâm sàng và thí nghiệm đối với mô hình trí nhớ hai quá trình.
3. Trí nhớ hàng ngày được các nhà tâm lý học nghiên cứu ra sao?

chương

4

Ngôn ngữ và biết đọc biết viết



Đối tượng nghiên cứu

4.1. Ngôn ngữ và chuyện trò

a. Định nghĩa các hình thức giao tiếp

b. Nhận dạng 4 thành phần cơ bản của chuyện trò

c. Mô tả phương pháp phân tích chuyện trò

4.2. Tính tương đối của ngôn ngữ

a. Định nghĩa tính tương đối của ngôn ngữ

b. Phân biệt giữa hình thức mạnh và hình thức yếu trong giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ

c. Mô tả nghiên cứu tính tương đối của ngôn ngữ

4.3. Sự tước đoạt lời nói

a. Định nghĩa thuật ngữ về giả thiết tước đoạt lời nói

b. Phân biệt giữa mật mã ngôn ngữ hoàn thiện và hạn chế

c. Mô tả ý kiến phê bình của Labov về giả thuyết tước đoạt lời nói

4.4. Khía cạnh xã hội trong sử dụng ngôn ngữ

a. Định nghĩa thuật ngữ đi kèm với khía cạnh xã hội trong sử dụng ngôn ngữ

b. Mô tả nghiên cứu giọng hay phương ngữ

c. Thảo luận ngôn ngữ phân biệt giới tính ảnh hưởng đến suy nghĩ con người ra sao

4.5. Lý thuyết đọc

a. Nhận dạng yếu tố cản trở sự nhận biết từ

b. Liệt kê lý thuyết đọc quan trọng

c. Phác họa lý thuyết đọc như một tìm kiếm chọn lọc

4.6. Kỹ năng đọc

a. Định nghĩa thuật ngữ về nghiên cứu đọc trôi chảy và mới bắt đầu

b. Phác họa các quá trình đọc cơ bản

c. Phân biệt giữa người đọc trôi chảy và mới bắt đầu

4.7. Ảnh hưởng xã hội đối với việc đọc

a. Mô tả nghiên cứu chữ viết trong việc đọc

b. Chứng minh yếu tố xã hội ảnh hưởng đến quá trình đọc

c. Nhận dạng niềm tin nhận thức và xã hội về việc đọc

4.8. Chứng loạn đọc

a. Phân biệt giữa các hình thức loạn đọc

b. Mô tả lý thuyết loạn đọc như sự khiếm khuyết nhận thức

c. Đánh giá khái niệm loạn đọc

Ngôn ngữ có lẽ dễ phân biệt nhất trong các thuộc tính của con người. Giao tiếp ngôn ngữ thường diễn ra theo nhiều cách khác nhau. Chúng ta có thể giao tiếp bằng sự thể hiện qua nét mặt, ký hiệu, tín hiệu và điệu bộ, hành động. Nhưng những kênh này cũng có thể do động vật khác sử dụng. Mặc dù ngôn ngữ bao gồm việc sử dụng tinh vi các ký hiệu theo quy ước xã hội (từ) được phối hợp theo hệ thống văn hóa được hình thành để chuyển tải ý nghĩa cụ thể đến người khác. Trong Chương 24, chúng ta xét đến việc giao tiếp ở động vật và nhận thấy rằng mặc dù một số động vật có thể phát triển khả năng sử dụng hình thức cơ bản của chủ nghĩa Tượng trưng, nhưng không có động vật nào thực sự được mức sử dụng ngôn ngữ như con người.

Nghiên cứu ngôn ngữ trong tâm lý học thu hút nhiều người ở các chuyên môn khác. Số lượng nghiên cứu đáng kể về trẻ em đạt được ngôn ngữ, phần lớn hiểu biết có được từ lĩnh vực này được trực tiếp áp dụng vào các giản đồ giáo dục đặc biệt. Các nhà tâm lý học cũng nghiên cứu cách con người sử dụng giao tiếp không bằng lời để định hướng và điều tiết chuyện trò và tương tác xã hội (xem Chương 15). Giao tiếp không bằng lời đôi khi liên kết mật thiết với việc sử dụng ngôn ngữ, chẳng hạn như thông qua giọng nói hay ngữ điệu, dùng để giải thích rõ ràng hay nhấn mạnh thông điệp bằng lời.

Một số hiểu biết của chúng ta về tâm lý học ngôn ngữ cũng phát xuất từ sự nghiên cứu trực tiếp tính chất của chính ngôn ngữ, thông qua ngôn ngữ học. **Ngôn ngữ học,** giống như các môn học thuật khác, có nhiều ngành khác nhau, và ba ngành này đặc biệt liên quan đến các nhà tâm lý học: ngôn ngữ học tâm lý, ngôn ngữ học xã hội và ngôn ngữ học dân tộc. Trong số này, **ngôn ngữ học tâm lý** có lẽ quan trọng nhất: liên quan đến mối quan hệ giữa ngôn ngữ và suy nghĩ. Các nhà ngôn ngữ tâm lý học đặc biệt quan tâm cấu trúc ngôn ngữ, và những đặc điểm ngôn ngữ như cú pháp (quy tắc kết hợp các từ để tạo ra thông tin có nghĩa) và ngữ nghĩa học (nghiên cứu ý nghĩa của từ và sự kết hợp từ).

Tuy nhiên tâm lý học ngôn ngữ, cũng bao gồm việc tìm hiểu cách con người sử dụng ngôn ngữ và điệu bộ sử dụng, phản ánh tư duy và mối quan hệ xã hội của con người. Như thế tâm lý học ngôn ngữ rút ra từ ngôn ngữ học xã hội – nghiên cứu ngôn ngữ trong mối quan hệ với xã hội. Ngôn ngữ cũng là một chế định văn hóa: thực ra, đây là một trong những dấu chỉ báo chính nguồn gốc dân tộc. Vì văn hóa quan trọng trong cách con người hiểu thế giới nên các nhà ngôn ngữ học dân tộc – nghiên cứu ngôn ngữ trong mối quan hệ với văn hóa – cũng quan tâm đến tâm lý học ngôn ngữ. Trong phần còn lại của chương này, chúng tôi sẽ dẫn chứng nhiều nghiên cứu của các nhà ngôn ngữ học tâm lý, ngôn ngữ học xã hội và ngôn ngữ học dân tộc cũng như công trình của các nhà tâm lý học nghiên cứu, khi tìm hiểu một số khía cạnh chính trong tâm lý học ngôn ngữ.

CHUYỆN TRÒ

Ellis và Beattie (1986) lập luận rằng nếu chúng ta muốn nghiên cứu cách giao tiếp giữa người này với người khác thì không nên nghiên cứu ngôn ngữ tách rời với giao tiếp không phải bằng lời nói. Họ cho rằng con người sử dụng kênh giao tiếp nhiều hơn bất kỳ chủng loài khác, và những công việc này kết hợp mật thiết với chuyển tải thông tin, chứ không độc lập. Thông tin tương tự có thể truyền đạt theo nhiều cách khác nhau: động tác nhún vai có nghĩa "tôi không biết", hay động tác lắc đầu có nghĩa "không" (ít nhất trong văn hóa phương Tây). Thay vì cố gắng tách ngôn ngữ ra khỏi toàn bộ dải giao tiếp ở con người, thì Ellis và Beattie nghĩ rằng tốt nhất là nên nghiên cứu cách con người sử dụng ngôn ngữ trong bối cảnh xã hội. Vì điều này, tiếp cận của họ nhấn mạnh phân tích chuyện trò: họ nghiên cứu những cách chính mà con người sử dụng trong việc trao – nhận chuyện trò thông thường.

CHUYỆN TRÒ NHƯ SỰ TƯƠNG TÁC HỢP TÁC

Grice (1975) nhấn mạnh chuyện trò là hoạt động hợp tác giữa những người tham gia. Những hoạt động hợp tác này có 4 thành phần chính: số lượng, chất lượng, quan hệ và cách thức. **Số lượng** cho rằng người tham gia trong chuyện trò cung cấp thông tin nếu cần nhưng không quá trau chuốt, cung cấp chi tiết không cần thiết. Thành phần **chất lượng** bao gồm những vấn đề như lập luận chính xác hay nhất quán đến mức nào, có chứng cứ hỗ trợ cho điều đang được nói. Thành phần **quan hệ** ám chỉ thông tin liên quan đến vấn đề đang được thảo luận như thế nào – điều đã được nói có liên quan đến điều đang nói hay không. Và thành phần thứ tư trong nguyên tắc hợp tác – **cách thức –** là điều được nói phải dễ hiểu. Nói chung, Grice cho rằng chuyện trò thường có khuynh hướng luôn tuân thủ những nguyên tắc này.

Những nguyên tắc này nhấn mạnh đến tính chất hợp tác của chuyện trò. Chuyện trò là một hành động xã hội, trong đó ngôn ngữ được sử dụng như phương tiện tương tác, hoạt động ở cấp độ giữa cá nhân với nhau và liên kết mật thiết với cấp độ nhận thức. Chẳng hạn Billig (1990) chứng minh tính chất hợp tác trong chuyện trò cũng dẫn đến suy nghĩ hay niềm tin chung. Billig ghi âm một loạt chuyện trò về Hoàng gia Anh, chứng minh chuyện trò xúc tiến theo cách như thế để xác định và hình thành những hình thức chung trong việc nhớ các sự kiện, và để cung cấp một khuôn khổ được mọi người chấp nhận trong khi thảo luận về Hoàng gia.

ĐÀM LUẬN VÀ PHÉP ẨN DỤ

Số lượng nghiên cứu ngôn ngữ gần đây tập trung nhiều vào **phân tích đàm luận:** nghiên cứu các cuộc chuyện trò đang diễn ra và khảo sát các mẫu, cách nói và từ vựng thông báo cho chúng ta biết sự việc gì đang diễn ra. Edwards (1997) cho rằng đàm luận mang tính trọng tâm đối với kinh nghiệm con người đến mức nếu chúng ta đạt được một loại hiểu biết tương tác xã hội ở con người trong thực tế bất kỳ thì chúng ta cũng cần nghiên cứu nó trong ngữ nghĩa ấy. Ông lập luận phân tích hành vi và nhận thức vừa hạn chế lẫn không thực tế – không tính đến sự phản ánh tương tác xã hội và cách mà nội dung và trò chuyện định hình và tái định hình kinh nghiệm của chúng ta.

Khung ẩn dụ

Lakoff và Johnson (1980) đề cập khái niệm **khung ẩn dụ:** cách chọn lời nói của con người trong chuyện trò thường thích hợp với một mẫu đã được nhất trí, có tác dụng xác định nên xét chủ đề như thế nào. Điều này khuyến khích quan điểm cho rằng lập luận là một hành động mang tính cạnh tranh trong đó bên thắng có ý nghĩa quan trọng nhất và bên thua có thể dẫn đến thảm họa. Nhưng một khung ẩn dụ khác trình bày một bức tranh hoàn toàn khác: nếu lập luận được xem trong khung ẩn dụ "khiêu vũ/hoạt động" chẳng hạn thì khi đó chất lượng lập luận ở cả hai phía, và kỹ thuật thích hợp để trình bày chúng, sẽ trở thành tiêu điểm chú ý nhiều hơn.

Beattie và Speakman (1983) chứng minh rằng sự hợp tác trong chuyện trò thường bao gồm việc phát triển thái độ nhất trí về khung ẩn dụ. Trong phân tích phỏng vấn với các nhà chính trị, họ chứng minh rằng chuyện trò thường giải quyết phép ẩn dụ được nhất trí trước khi tiến hành giải thích và đặt vấn đề. Chẳng hạn, khi bàn về nền kinh tế quốc gia, có thể sử dụng nhiều khung ẩn dụ khác nhau, chẳng hạn như phép ẩn dụ "bệnh tật/ sức khỏe" để mô tả quốc gia đang cần được "nuôi dưỡng" để có sức khỏe và những thuật ngữ như thế ám chỉ quốc gia "đang bị thiệt hại". Một phép ẩn dụ thay thế khác có thể là "chiến tranh/ bạo động", bàn về sự lạm phát "ẩu đả" và "cuộc chiến" của nền kinh tế, hay phép ẩn dụ "làm vườn" trong đó người tham gia chuyện trò sử dụng những từ như "khai thác phát triển kinh tế" hay "cắt xén chi phí thặng dư". Điều thú vị là cả hai người tham gia trong một phỏng vấn chính trị điển hình thường có khuynh hướng dành một khoảng thời gian nào đó lúc bắt đầu phỏng vấn để nghĩ ra những phép ẩn dụ khác nhau trước khi giải quyết vấn đề được cả hai bên chấp nhận.

Sherrard (1997) bàn đến cách thái độ thay đổi và biến đổi trong chuyện trò và chức năng của chúng cũng biến đổi. Bằng việc khảo sát tính không nhất quán trong đàm luận và hình thức ngôn ngữ được sử dụng, Sherrard chứng minh rằng thái độ không phải là những cấu trúc nhận thức cố định, không đổi. Thay vào đó, thái độ rất linh động, rất nhạy cảm đối với phép ẩn dụ và khung tu từ được áp dụng trong tiến trình chuyện trò. Phân tích của Sherrard tập trung thảo luận về xu hướng thẩm mỹ, chứng minh rằng có nhiều vốn tiết mục chuyện trò cụ thể phát sinh ở những điểm khác nhau trong chuyện trò, mỗi điểm đều có ngụ ý khác nhau trong việc tìm hiểu điều gì đang diễn ra về mặt xã hội.

Biện minh xã hội

Lalljee và Widdicombe (1989) cho rằng phân tích đàm luận không những xét đến việc ngôn ngữ diễn ra khi nào và như thế nào mà còn liên quan đến việc sử dụng ngôn ngữ gì. Chẳng hạn, Van Dijk (1987) sử dụng phân tích đàm luận để nghiên cứu cách mà những người Hà Lan, da trắng, phân biệt chủng tộc biểu hiện và truyền đạt suy nghĩ của họ. Đàm luận của họ bao gồm nhiều chiến lược bằng lời nói để làm cho người nói có vẻ đáng tin đối với người nghe trong khi vẫn thể hiện thái độ thành kiến của mình. Chiến lược nhằm mục đích làm cho thái độ bẩn thỉu của họ có vẻ như được xã hội chấp nhận, và làm cho người nghe khó khăn hơn khi trực tiếp cáo buộc họ tội danh phân biệt chủng tộc. Chiến lược được liệt kê trong Bảng 4.1.

Trong nghiên cứu khác, Gilbert và Mulkay (1984) chứng minh đàm luận của các nhà khoa học khác biệt ra sao khi khẳng định lời công bố chính thức so sánh với phát biểu trong phỏng vấn. Ngôn ngữ trong công bố chính thức mang tính thăm dò, chỉ nhằm mục đích nêu ra khả năng có thể. Thế nhưng khi được phỏng vấn, các nhà khoa học thường tỏ ra dứt khoát hơn về những gì mình đã phát hiện. Dĩ nhiên, không cần phải cho rằng các nhà khoa học đang tiến hành sự trình bày sai có tính toán: ngôn ngữ chính thức, thăm dò trong tạp chí khoa học tương đối khó xử lý về mặt nhận thức, và có lẽ không thích hợp về mặt xã hội lẫn nhận thức trong phỏng vấn

Phân tích đàm luận đôi khi tập trung vào thuật tu từ: Potter và Wetherell (1987) chứng minh rằng cách con người xây dựng lập luận của mình là dấu chỉ báo để lộ giả định xã hội làm nền tảng cho điều họ phát biểu. Năm 1988, Wetherell và Potter tiến hành phân tích phỏng vấn đàm luận về việc giảng dạy văn hóa Maori trong các trường học ở New Zealand – một thực tế mô tả là nuôi dưỡng văn hóa. Phân tích của họ bao gồm việc nhận dạng "vốn tiết mục" hay các chủ đề chung trong phỏng vấn, và họ nhận dạng ba chủ đề trong số này (xem Bảng 4.2). Ba vốn tiết mục giúp người được phỏng vấn giả vờ tán thành sự nuôi dưỡng văn hóa nhưng của khẳng định rằng điều này ngoài ý muốn hay không có trong thực tế.

Bảng 4.1 Chiến lược bằng lời nói do những người phân biệt chủng tộc sử dụng

Khả năng đáng tin – gia tăng sự kích động	Người đưa ra lời phát biểu nhằm mục đích chứng minh rằng họ "biết" mình đang bàn chuyện gì.
Tự trình bày tích cực	Người bác bỏ, không nhận là mình phân biệt chủng tộc nhưng đưa ra lý do giải thích thái độ không thích nhóm thiểu số trên cơ sở những gì họ quả quyết là lý do "hợp lý", như cạnh tranh không bình đẳng.
Trình bày người khác tiêu cực	Nhóm bị ghét được mô tả là có hành vi phi pháp hay tiêu cực.

Nguồn: Van Dijk, 1987

Bảng 4.2 Vốn tiết mục trong đàm luận

Nuôi dưỡng văn hóa	Quan niệm cho rằng nên khuyến khích văn hóa Maori.
Chủ nghĩa hiện thực, thực dụng	Quan niệm cho rằng cần thiết phải hiện đại thế giới (ngụ ý giảng dạy văn hóa Maori không thích hợp).
Cảm giác thống nhất	Quan niệm cho rằng mọi người phải "cùng nhau" hành động vì lợi ích quốc gia (thực ra có nghĩa rằng mọi người khác nên tuân thủ nền văn hóa của người New Zealand da trắng).

Nguồn: Wetherell và Potter, 1988

Như nghiên cứu của Van Dijk, sử dụng phân tích đàm luận cho thấy cuộc nói chuyện phân biệt chủng tộc được tiến hành bằng cách thể hiện quan điểm "tích cực" thấy rõ, và sau đó làm cho người khác hoài nghi khi đưa ra những lập luận khác.

Lời giải thích thực ra không thể hiểu được nếu không xét đến bối cảnh xã hội. Lalljee (1981) nhận dạng 4 khía cạnh quan trọng của bối cảnh xã hội này. Thứ nhất là **giả định** về bối cảnh giải thích ấy – vấn đề có thể được xem là mặc nhiên giữa người giải thích và người nghe giải thích. Thứ hai là phải xét đến **mối quan hệ** giữa người bào chữa và người nghe bào chữa. Thứ ba là **mục đích xã hội** của lời giải thích: chúng ta đang giải thích với ai, và tại sao nên giải thích với người ấy. Thứ tư là **kết quả giữa cá nhân với nhau** của lời giải thích – điều gì có thể và không thể diễn ra. Nếu không xét đến những yếu tố này, theo Lalljee, chúng ta không thể phát triển sự hiểu biết rõ ràng về lời giải thích hay biện minh xã hội.

Antaki và Fielding (1981) bàn đến đàm luận hàng ngày, và trong các mô tả cụ thể, mang nhiều ý nghĩa xã hội hơn vẻ ngoài. Chẳng hạn, nếu bạn mặc quần soọc xuất hiện ở một nơi nào đó, người khác nhìn bạn với vẻ kỳ quái, bạn sẽ trả lời bằng cách nói "hôm nay nóng quá". Bản thân lời nói có vẻ là một mô tả đơn giản, nhưng xét đến bối cảnh xã hội và mục đích tại sao nói như thế lại cho thấy lời giải thích cách ăn mặc bất thường của bạn. Tin tức truyền thanh đặc biệt khéo léo khi chứa đựng loại giải thích ẩn này, nhưng nhiều mô tả hàng ngày khác cũng đưa ra lời giải thích hay biện minh xã hội.

Các nhà nghiên cứu khác cũng xét đến việc con người giải thích sự việc như thế nào: chẳng hạn, Stratton *và người khác* (1986) phát triển kỹ thuật phân tích các thuộc tính trong khi con người trò chuyện, trong quá trình điều trị gia đình. Họ nhận thấy loại giải thích con người sử dụng thường tiết lộ suy nghĩ của họ về tình huống căng thẳng và cách phản ứng đối với tình huống này. Phân tích này giúp nhà trị liệu dễ nhận dạng hơn về cách cá nhân có thể phát triển các chiến lược thích ứng hiệu quả hơn. Năm 1997, Stratton đề cập nên áp dụng phân tích thuộc tính vào các loại bối cảnh khác - trong trường hợp này, nghiên cứu thương mại đối với công ty hàng không muốn tìm hiểu ý kiến nhận xét của hành khách.

NGÔN NGỮ VÀ NHẬN THỨC

Phân tích chuyện trò và đàm luận là phân tích cách sử dụng ngôn ngữ trong xã hội. Nhưng các nhà tâm lý học cũng quan tâm đến mối quan hệ giữa xử lý ngôn ngữ và nhận thức, bao gồm nghiên cứu cách ngôn ngữ tác động đến nghiên cứu trí nhớ cũng như quan hệ mật thiết của ngôn ngữ với tư duy.

NGÔN NGỮ VÀ TRÍ NHỚ

Trong một nghiên cứu của Carmichael, Hogan và Walter (1932) người tham gia nghiên cứu cho xem một tập hợp các hình ảnh khá trừu tượng. Mỗi người tham gia nghiên cứu được đặt cho một tên gọi bằng lời, một tên gọi, đi kèm với mỗi hình, gợi ý phải gọi hình ấy bằng tên gọi này, nhưng mỗi hình có hai ba tên gọi khác nhau. Chẳng hạn cho một nhóm người tham gia nghiên cứu một hình mang tên "màn cửa sổ" trong khi mô tả cho nhóm khác bằng tên "hình thoi trong hình chữ nhật". Carmichael nhận thấy khi được kiểm tra lại sau này, trí nhớ thị giác của người tham gia nghiên cứu thay đổi theo tên gọi bằng lời. Ngoài ra, khi yêu cầu họ vẽ lại hình trước đây, thì hình vẽ của họ giống với tên gọi bằng lời hơn là kích thích ban đầu. Sử dụng từ ngữ để mô tả hình vẽ đã định dạng và điều chỉnh trí nhớ về hình vẽ (Hình 4.1).

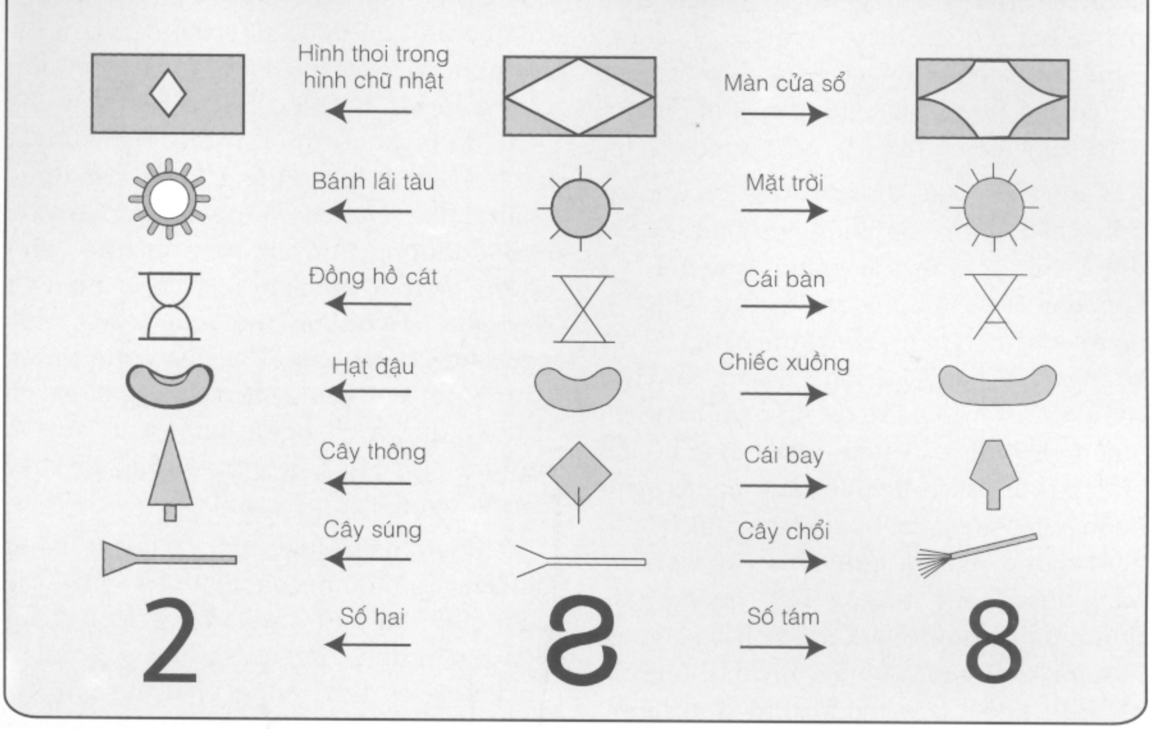
Khi sử dụng ngôn ngữ, chúng ta không chỉ giải mã từ hay câu riêng biệt: chúng ta áp dụng hiểu biết về thế giới mà mình đang có, tìm hiểu ý nghĩa của thông tin. Bransford và Johnson (1972) chứng minh hiểu biết về thế giới đã có từ trước quan trọng như thế nào trong việc tìm hiểu ngôn ngữ. Họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu đọc các đoạn văn ngắn, không tên, sau đó kiểm tra lại xem họ nhớ đoạn văn ấy nhiều ít. Người tham gia nghiên cứu đã đọc đoạn văn nhớ hơn người chưa đọc đến 73% thông tin.

Bransford và Johnson sử dụng một đoạn văn như sau. Bạn thử đọc sau đó xem mình nhớ nhiều hay ít:

Quá trình thực ra rất đơn giản. Trước tiên, bạn sắp xếp đồ vật thành những nhóm khác nhau tùy theo cấu tạo của chúng. Dĩ nhiên một chồng có thể là đủ tùy theo việc phải làm nhiều hay ít. Nếu bạn phải đi đến một nơi nào khác do thiếu điều kiện thuận tiện này thì đó là bước kế tiếp, nếu không bạn cũng đã ổn. Điều quan trọng là không nên cố gắng quá mức. Nghĩa là, tốt hơn là nên làm ít việc hơn chứ không ôm đồm quá nhiều việc một lúc. Trước mắt, điều này có vẻ không quan trọng, nhưng sự phức tạp do ôm đồm quá mức dễ phát sinh. Một sai lầm cũng phải trả giá đắt. Sử dụng cơ chế phù hợp bản thân nó đã là lời giải thích, chúng ta không cần đề cập ở đây. Trước tiên cả quá trình có vẻ phức tạp. Tuy nhiên nó sẽ trở thành một khía cạnh khác trong đời sống. Thật khó tiên liệu một kết quả bất kỳ đối với tính cần thiết của công việc này trong tương lai gần nhưng sau đó người ta không hề đề cập. Sau khi hoàn tất quá trình, người ta sắp xếp đồ vật thành những nhóm khác nhau lần nữa, sau đó họ đặt chúng vào những nơi thích hợp. Sau cùng chúng sẽ được sử dụng thêm một lần nữa và toàn bộ chu trình sẽ được lặp lại. Dù sao đi nữa đây là một phần đời sống.

Một khi bạn viết được đoạn văn nhiều lần, mở trang 130 để tìm hiểu đoạn văn viết về chủ đề gì. Sau đó cố nhớ lại đoạn văn nói gì. Có lẽ, bạn nhận thấy, khi Bransford và Johnson đã làm với người tham gia nghiên cứu, rằng bạn có thể nhớ

Hình 4.1: Hình vẽ của Carmichael



lại đoạn văn nhiều hơn khi biết rõ tác giả muốn nói về điều gì. Nghiên cứu như thế này cho chúng ta thấy mối quan hệ giữa tư duy và ngôn ngữ phức tạp đến mức nào, giả định chung và cách suy nghĩ của chúng ta ảnh hưởng đến thông tin chúng ta nhận được qua ngôn ngữ nhiều đến mức nào.

Sự nhớ lại không chính xác

Như đã biết trong chương trước, chúng ta thường nhớ ý nghĩa của điều đã được nói hơn là điều được nói với chúng ta theo từng chữ, cho dù chúng ta nghĩ rằng trí nhớ của mình là đúng và chính xác. Trong một nghiên cứu, Bransford, Barclay và Franks (1972) yêu cầu người tham gia đọc những câu kích thích như:

Ba con rùa nằm trên khúc gỗ nổi và một con cá lội bên dưới.

Sau này họ cho người tham gia nghiên cứu nhìn thấy nhiều câu, và hỏi trước đó họ đã nhìn thấy câu nào. Người tham gia thường cho rằng họ nhận biết một câu hơi khác với câu trước đây nhưng ý nghĩa giống nhau. Chẳng hạn, nếu họ nhìn thấy câu kích thích như trên thì chắc chắn cho rằng họ đã nhận biết câu trắc nghiệm:

Ba con rùa nằm trên khúc gỗ nổi và một con cá lội bên dưới.

Nhưng nếu họ nhìn thấy câu kích thích mô tả con rùa nằm bên cạnh khúc gỗ nổi thì họ không nghĩ rằng câu trắc nghiệm quen thuộc.

Cách chúng ta điều chỉnh trí nhớ về điều đã được nói giúp chúng ta tìm hiểu việc hiểu lầm diễn ra trong đời sống hàng ngày ra sao. Ngôn ngữ có thể sử dụng để chuyển tải ấn tượng sai lạc, chẳng hạn và thường sử dụng cách ấy để quảng cáo. Vì con người thường dễ nhớ những gì họ nghĩ là mình đã nghe hay những gì họ mong đợi sẽ nghe, hơn là những gì được nói trong thực tế, họ thường nhớ thông tin mang tính dứt khoát hơn thông tin thực tế. Các nhà quảng cáo sử dụng điểm này để tăng lợi thế. Họ đưa thông tin thăm dò (bằng giọng nói thật tích cực) chẳng hạn "nhãn hiệu X có thể trị cảm" (ngụ ý: có thể không trị được), biết rằng rất có thể người tiêu dùng sẽ nhớ "nhãn X trị được cảm" (ngụ ý: luôn luôn).

Giọng nói dứt khoát dùng để củng cố tính chắc chắn của thông tin, tỏ ra tác động rất mạnh. Argyle, Alkema và Gilmour (1971) chứng minh rằng khi con người đối mặt với thông tin bằng lời và không phải bằng lời mâu thuẫn, thì chắc chắn họ tin thông tin không phải bằng lời nhiều gấp 4 lần. Chứng cứ này ủng hộ lập luận của Ellis và Beattie rằng nghiên cứu ngôn ngữ riêng biệt là không thích hợp nếu không nghiên cứu khía cạnh không bằng lời. Trong trường hợp quảng cáo, thông tin bằng lời và không phải bằng lời thực ra không mâu thuẫn nhau: thông tin này dứt khoát hơn thông tin kia mà thôi. Vì thế mặc dù sự phân tích kỹ lưỡng điều đã được nói cho thấy không có gì sai lầm, thực thể tâm lý học là con người xem quảng cáo chắc chắn dẫn đến sự hiểu lầm.

NGÔN NGỮ VÀ TƯ DUY

Một trong những lĩnh vực quan trọng nhất đối với các nhà tâm lý học nghiên cứu ngôn ngữ là cách ngôn ngữ liên kết qua lại với các quá trình nhận thức khác. Đặc biệt, tranh luận tập trung quanh mối quan hệ chính xác giữa ngôn ngữ và tư duy: tư duy và ngôn ngữ có phải là một vấn đề hay cùng vấn đề như những người theo thuyết hành vi khẳng định hay không? Chúng có hoàn toàn khác nhau ít nhất về nguồn gốc hay không? Hay việc nói một ngôn ngữ cụ thể định hình suy nghĩ của một người hay không, và nếu có, ở mức độ nào?

Tư duy và ngôn ngữ như cùng vấn đề

Như chúng ta đã biết trong Chương 1, những người theo thuyết hành vi phủ nhận quá trình nhận thức tồn tại như quá trình riêng biệt với hành vi con người. Quan điểm của họ về tư duy cho rằng tư duy chỉ là hình thức lời nói phát âm. Một đứa bé nói lớn tiếng như thể để giám sát hành động và giải quyết vấn đề, khi chúng ta lớn lên đều học cách kiềm chế hoạt động phát âm. Nhưng theo thuyết hành vi, chúng ta không kiềm chế được hoàn toàn. Họ cho rằng những gì con người thường ám chỉ, xem tư duy như những hoạt động rất nhỏ ở thanh quản và cổ họng, trở thành thói quen đến mức người ta không còn để ý đến chúng nữa. Vì thế đối với người theo thuyết hành vi, ít nhất, quá trình ngôn ngữ và tư duy là một và như nhau: tư duy không gì khác hơn là ngôn ngữ phát âm.

Ý kiến này được trắc nghiệm bằng nghiên cứu tài tình của Smith *và người khác* năm 1947. Nếu tư duy là lời nói phát âm đơn thuần thì sẽ ngăn cản một người nào đó không có hoạt động phát âm bất kỳ, cho dù từng phút, có nghĩa là họ không thể tư duy. Các nhà nghiên cứu sử dụng nhựa độc cura, một loại thuốc làm liệt cơ để nghiên cứu điều này. Họ cho người tham gia nghiên cứu uống thuốc, để chắc chắn họ cũng được hỗ trợ bình oxy, để duy trì sinh mạng và nhận thức (nhựa độc cura cũng làm liệt các cơ hô hấp, giải thích tại sao có trường hợp bị tử vong). Trong khi làm liệt cơ, người tham gia được cho xem một loạt các hình vẽ khó hiểu về mặt nhận thức. Khi họ tỉnh lại, không những họ nhớ những gì đã diễn ra mà còn có khả năng giải quyết vấn đề, chứng minh rằng họ có thể suy nghĩ cho dù không tạo ra hoạt động phát âm được

Các nhà nghiên cứu khác chứng minh rằng một số hình thức tư duy nói chung không cần ngôn ngữ tham phần. Trong một nghiên cứu về hình thành khái niệm, Humphrey (1951) chứng minh rằng nếu yêu cầu con người nhận dạng khái niệm liên kết một loạt lá bài lật úp trong một thời gian thì nói chung họ có thể chọn đúng lá bài trước khi phát biểu thành hệ thống qui tắc mình áp dụng. Rõ ràng một số hình thức trình bày nhận thức có thể diễn ra không cần ngôn ngữ, quan niệm theo thuyết hành vi cho rằng ngôn ngữ và tư duy hoàn toàn như nhau phần lớn bị nhiều người hoài nghi.

Ngôn ngữ độc lập với tư duy

Nhà tâm lý học phát triển Piaget, lý thuyết của ông sẽ được khảo sát trong Chương 19, nghĩ rằng hiểu biết đạt được qua sự tương tác với môi trường, kết quả được miêu tả nội tâm. Piaget cho rằng ngôn ngữ là một cách duy nhất trong nhiều cách có thể trong đó trẻ có thể trình bày hiểu biết của mình (Piaget, 1959). Nói cách khác, Piaget xem hiểu biết như yếu tố báo hiệu cho ngôn ngữ. Trước tiên, trẻ có kinh nghiệm, sau đó sử dụng ngôn ngữ để trình bày kinh nghiệm ấy, về nội tâm lẫn xã hội. Theo quan điểm này, ngôn ngữ là một hệ thống tượng trưng dùng để diễn đạt suy nghĩ nhưng trẻ cũng sử dụng những hình thức trình bày khác chẳng hạn như trò chơi biểu tượng, bắt chước hay thậm chí vẽ hình.

Piaget cho rằng hiểu biết đi trước ngôn ngữ cũng dẫn đến việc ngôn ngữ mà trẻ sử dụng phản ánh sự phát triển nhận thức ở trẻ. Chẳng hạn, việc sử dụng ngôn ngữ vị kỷ biểu thị suy nghĩ tự cho mình là trung tâm. Khi trẻ lớn lên, sử dụng ngôn ngữ tinh tế hơn, Piaget cho rằng sở dĩ như thế là vì quá trình tư duy nền tảng ở trẻ đã tinh vi hơn. Vấn đề trẻ học từ "cao hơn" sau khi đã biết từ "cao", theo Piaget cho thấy trẻ có khuynh hướng nhận thức những cái tuyệt đối trước sau đó mới đến khái niệm tương đối. Nhưng chúng ta sẽ khảo sát trong Chương 19, quan niệm cho rằng điều trẻ phát biểu là sự phản ánh chính xác trẻ đang suy nghĩ gì nhưng các nhà nghiên cứu sau này không thừa nhận.

Ngôn ngữ và tư duy như các quá trình độc lập

Một tiếp cận thay thế mối quan hệ phát xuất từ lý thuyết của I.S. Vygotsky, một nhà tâm lý học người Nga nổi tiếng có ảnh hưởng rất lớn đối với các nhà tâm lý học phát triển trong những năm gần đây. Quan điểm của Vygotsky, mặc dù được phát triển và công bố ở Liên Xô năm 1934, nhưng cho đến năm 1962 mới được dịch sang tiếng Anh. Khi được công bố, quan điểm lý thuyết mà Vygotsky áp dụng cho nhiều khía cạnh phát triển khác nhau ở trẻ thu hút nhiều sự quan tâm và nhiều nhà nghiên cứu hiện đại chấp nhận khuôn khổ của Vygotsky trong tìm hiểu sự phát triển ở trẻ.

Vygotsky lập luận rằng mặc dù tư duy và ngôn ngữ diễn ra cùng lúc, nhất là ở người lớn, nhưng không hẳn có nguồn gốc như nhau. ông cho rằng, tư duy là một hoạt động nhận thức diễn ra khi trẻ tìm hiểu về thế giới. Trẻ học kinh nghiệm, lưu trữ trong khi nhớ và suy nghĩ về nguồn gốc trong nhu cầu sử dụng trí nhớ được lưu trữ ấy và nhận thức thế giới giống như điều gì để tìm hiểu ý nghĩa từ một tình huống hay phải đi đến thỏa thuận với nhiều thông tin mâu thuẫn, đối lập. Loại quá trình lập luận mà hầu hết mọi người xem là tư duy là hình thức tái cấu trúc nhận thức, giúp chúng ta giải thích và hiểu được ý nghĩa kinh nghiệm của mình.

Trái lại ngôn ngữ là một hoạt động hình thành. Trẻ phát triển ngôn ngữ vì nghe người khác nói. Chúng ta sẽ nghiên cứu sự có được ngôn ngữ vào cuối chương này, nhưng những gì cuộc nghiên cứu có vẻ chứng minh là sự tiếp xúc con người mang tính quyết định đối với trẻ trong việc có được ngôn ngữ – nghe băng hay radio vẫn chưa đủ. Trẻ thường học hỏi những khía cạnh tương tác trong ngôn ngữ lúc đầu: bập bẹ âm thanh vô nghĩa, nhưng cũng sử dụng giọng nói, định thời gian và chiều dài thốt ra tiếng mà trẻ nghe được từ người lớn. Sự tương tác giữa bố mẹ và trẻ khuyến khích trẻ phát triển những khả năng này hơn nữa, và sử dụng từ ngữ để gia tăng sự tương tác với người khác. Nhưng thậm chí ở người lớn, phần lớn ngôn ngữ chúng ta sử dụng đều mang tính hình thành hơn là nhận thức. Hoạt động ngôn ngữ chẳng hạn như nghi thức chào hỏi, hay mua vé xe buýt và những gì chúng ta cho là "trò chuyện xã giao" nói chung thường không cần phải suy nghĩ nhiều!

Vygotsky cho rằng trẻ khoảng 2 tuổi, diễn ra thời điểm quan trọng khi các vùng tư duy tiền ngôn ngữ và ngôn ngữ tiền hiểu biết riêng biệt cùng phối hợp với nhau. Ở giai đoạn này, sự việc thay đổi đáng kể: *"suy nghĩ trở thành tính hợp lý bằng lời và giọng nói"* (Vygotsky, 1962). Từ thời điểm này trở đi, ở trẻ ngôn ngữ có hai chức năng khác nhau. Một là chức năng bên trong, giám sát và hướng dẫn suy nghĩ nội tâm. Theo quan điểm này, ngôn ngữ hoạt động như một công cụ nhận thức giúp trẻ suy nghĩ. Thứ hai là chức năng xã hội bên ngoài, tham gia sự tương tác xã hội và truyền đạt kết quả suy nghĩ cho người khác biết. Vygotsky gọi chức năng này như chức năng tách biệt, hay **trình độ** ngôn ngữ.

Ở người lớn, ngôn ngữ có hai chức năng khác nhau. Nói chung, chức năng nhận thức ngôn ngữ được phục vụ bằng **lời nói nội tâm,** hoạt động theo cách giám sát và cấu trúc hoạt động suy nghĩ (xem Khung 4.1). Chức năng truyền đạt ngôn ngữ lại khác, thể hiện vai trò khi người lớn nói lớn tiếng hay viết ra. Nhưng trẻ thường có **lời nói vị kỷ,** trong đó lời nói của trẻ phản ánh suy nghĩ không ám chỉ người nghe bất kỳ. Vygotsky cho rằng điều này diễn ra vì trẻ không thể tách biệt hai chức năng ngôn ngữ. Khi trẻ nói về kế hoạch và hành động của mình thì trẻ sử dụng lời nói làm công cụ nhận thức chứ không phải giao tiếp.

Khi trẻ lớn tuổi, lời nói vị kỷ của trẻ trở nên súc tích hơn, khác với lời nói xã hội, sau cùng trẻ sẽ không nói lớn tiếng nữa. Vào lúc này trẻ phát triển hình thức ngôn ngữ riêng dùng để suy nghĩ. Mặc dù sử dụng ngôn ngữ xã hội bên ngoài trở nên rõ ràng và tinh vi về mặt ngôn ngữ hơn, khi trẻ dần dần có được quan niệm rõ hơn về ý nghĩa của từ được chấp nhận và học cách giao tiếp xã hội với người khác.

Thuyết của Vygotsky mô tả hai hoạt động ngôn ngữ và tư duy có nguồn gốc hoàn toàn độc lập. Ngôn ngữ phát sinh do nhu cầu tương tác với người khác và giao tiếp xã hội trong khi tư duy bắt nguồn từ nhu cầu tìm hiểu ý nghĩa thế giới. Theo Vygotsky, phần lớn suy nghĩ hàng ngày không hề có sự liên kết trực tiếp với ngôn ngữ – minh họa cổ điển sử dụng công cụ. Ngôn ngữ không có tư duy cũng diễn ra chẳng hạn trong quá trình lặp lại bài thơ học thuộc lòng. Vì thế cả tư duy lẫn ngôn ngữ đều tồn tại độc lập, nhưng chồng chéo trong lĩnh vực suy nghĩ bằng lời.

Nhưng một khi trẻ có được ngôn ngữ thì ngôn ngữ lại có chức năng hữu ích khác, chức năng giám sát quá trình tư duy và hoạt động như sự trình bày biểu tượng. Do đó, chúng ta phát triển khả năng tham gia suy nghĩ bằng lời, và khả năng này giúp chúng ta mở rộng thế giới tâm thần của mình rất đáng kể. Vì thế sau cùng ngôn ngữ trở thành công cụ tư duy, mặc dù bắt đầu như một quá trình độc lập, xã hội.

Ngôn ngữ như một công cụ tư duy

Quan điểm cho rằng ngôn ngữ là một công cụ tư duy là quan điểm về mối quan hệ giữa ngôn ngữ và tư duy trong tâm lý học được chấp nhận nhiều nhất. Ngôn ngữ được xem là tạo điều kiện cho một số loại tư duy chứ không phải tất cả. Năm 1964, Bruner bàn về sự phát triển **trình bày suy nghĩ,** nghiên cứu cách trẻ sử dụng hình thức trình bày biểu tượng, tượng trưng, khi trẻ lớn lên. Chương sau chúng ta nghiên cứu quan điểm này chi tiết hơn. Nhưng theo Bruner, các hình

Khung 4.1 Lời nói nội tâm

Lời nói nội tâm có dạng cú pháp và sử dụng từ khác với lời nói xã hội, có khuynh hướng ngắn gọn, sinh động và thường bao gồm các từ được cá nhân mã hóa – một số từ mang nghĩa đặc biệt, riêng tư đối với người sử dụng, đôi khi hoàn toàn khác hẳn với ý nghĩa được xã hội chấp nhận.

Vygotsky mô tả lời nói nội tâm liên quan đến "ý thức" hơn là "ý nghĩa". Trong mô tả này, "ý nghĩa" là những gì mà từ ngữ tượng trưng – như định nghĩa con mèo trong tự điển là "con vật 4 chân nuôi ở nhà". Trái lại "ý thức" ám chỉ toàn bộ sự phức tạp về biến cố tâm lý do một từ khêu gợi chẳng hạn như ký ức cá nhân về con mèo cưng của một người và thái độ kiểu cách của nó, cảm giác khi vuốt ve, v.v... ý thức bao gồm hành động, ấn tượng và ý nghĩa riêng không chỉ là những định nghĩa được xã hội chấp nhận.

Lời nói nội tâm là một loại cầu nối giữa tư duy và các khía cạnh ngữ nghĩa ngôn ngữ. Nếu chúng ta cố giải quyết vấn đề khó khăn thì thường tiến hành **giám sát nhận thức** bằng cách nói to sự việc nào đó. Đây là loại thoái hóa trở về lời nói vị kỷ – nói to suy nghĩ – để giúp chúng ta theo dõi điều mình đang nghĩ. Loại giám sát nhận thức này đôi lúc cũng diễn ra ở con người bị tước đoạt lời nói do sống đơn độc. Họ thường nhận thấy bản thân phê bình suy nghĩ và hành động của chính mình. Người ta cho rằng sử dụng ngôn ngữ này diễn ra chính xác vì thiếu cơ hội dành cho lời nói xã hội, vì thế sự phân biệt giữa cả hai trở nên mờ nhạt.

Quan điểm khác nhau của Piaget và Vygotsky về điều gì cấu thành lời nói vị kỷ tạo ra nhiều dự đoán khác nhau. Piaget nghĩ lời nói vị kỷ phải gia tăng trong trường hợp kiềm chế xã hội ít hơn. Trong khi Vygotsky cho rằng lời nói vị kỷ phải giảm. Nhưng nghiên cứu sự tương tác ở trẻ khi trẻ giao tiếp với người câm điếc, người lạ mặt hay người nước ngoài cho thấy trẻ giảm đáng kể lời nói vị kỷ khi không chắc người khác có hoàn toàn hiểu mình hay không. Chứng cứ này không chỉ ủng hộ quan điểm của Vygotsky mà còn nhấn mạnh sự tinh vi trong hiểu biết xã hội của trẻ.

---

thức trình bày này phát triển trực tiếp để đáp ứng yêu cầu của môi trường, dùng để tăng tốc hay tạo điều kiện phát triển nhận thức. Như một phần trong thảo luận này, Bruner cho rằng ngôn ngữ là hệ thống trình bày nhận thức quan trọng nhất ở chúng ta.

Bruner cho rằng đối với trẻ, ngôn ngữ cung cấp phương tiện thay đổi kinh nghiệm cũng như trình bày kinh nghiệm theo nhiều cách, điều này có nghĩa ngôn ngữ làm gia tăng, thúc đẩy khả năng suy nghĩ ở trẻ. Một cách trong đó ngôn ngữ thay đổi kinh nghiệm là bằng cách cho phép chúng ta nghĩ về những điều trừu tượng và khả năng có thể. Chúng ta có thể sử dụng ngôn ngữ để nghiên cứu về sự việc đã không diễn ra – và nói chung không hề diễn ra. Và ngôn ngữ cũng tập trung sự chú ý vào những đặc điểm nổi bật của môi trường, có thể mang ngụ ý đáng kể đối với hiểu biết và giải quyết vấn đề.

Sử dụng từ làm biểu tượng trình bày quan điểm giúp chúng ta phát triển sự phân loại và khái niệm chung, có nghĩa là chúng ta cấu trúc kinh nghiệm và hiểu sự liên kết giữa các kinh nghiệm khác nhau dễ hơn là việc sử dụng một hệ thống trình bày hạn chế hơn. Chúng ta không phải đối xử với từng động vật mà chúng ta nghe như thể động vật ấy là đặc biệt: chúng ta sử dụng khái niệm ngôn ngữ "động vật" để gom tất cả kinh nghiệm của mình về động vật thành một nhóm, vì thế hiểu được thế giới tinh tế hơn. Ngôn ngữ cũng giúp chúng ta sử dụng thông tin theo cách linh động hơn: bằng cách chấp nhận sự lưu trữ khái niệm và thuật ngữ theo hệ thống thứ bậc, ngôn ngữ có thể cung cấp một cấu trúc thông tin dễ sử dụng nhưng cũng cho chúng ta khuôn khổ giải quyết vấn đề và suy nghĩ.

Đối với Bruner, ngôn ngữ là một trong những công cụ tư duy quan trọng nhất có ở trẻ, phần lớn vì cách thức ngôn ngữ tạo điều kiện thuận lợi để cấu trúc và tái tổ chức nhận thức. Vì thế không như Piaget, Bruner xem ngôn ngữ đang đảm nhận vai trò rất tích cực trong nhận thức: tính chất linh động của ngôn ngữ trực tiếp ảnh hưởng đến những gì có thể theo nghĩa tổ chức nhận thức, vì thế gắn bó mật thiết với suy nghĩ của chúng ta. Theo Bruner, ngôn ngữ không chỉ phản ánh tư duy mà còn định dạng.

TÍNH TƯƠNG ĐỐI TRONG NGÔN NGỮ

Quan niệm cho rằng ngôn ngữ thực sự định dạng tư duy trực tiếp dẫn đến câu hỏi liệu các loại ngôn ngữ khác nhau có tạo điều kiện thuận lợi cho các loại suy nghĩ khác hay không. Một số ngôn ngữ liên quan mật thiết với nhau hơn các ngôn ngữ khác: chẳng hạn, tiếng Pháp, tiếng Đức và tiếng Anh, tất cả đều là ngôn ngữ khá giống nhau, hầu hết các từ trong ngôn ngữ này đều có hình thức tương đương trong ngôn ngữ kia. Nhưng cho dù chúng có một số từ không thể dịch chính xác: chúng ta đã chứng kiến các nhà tâm lý học phải vay mượn từ *Gestalt* để thể hiện khái niệm về tính toàn thể và thống nhất hình dạng hay hình thức. Khái niệm này dịch sang tiếng Anh khá vụng về, nhưng tiếng Đức thể hiện tao nhã hơn và đầy đủ hơn.

Một số ngôn ngữ rất khác nhau. Chẳng hạn, trong tiếng Nhật, vốn từ vựng cơ bản kết hợp toàn bộ thế giới mối quan hệ và giả định xã hội không có sự tương đương chính xác trong tiếng Anh. Một số ngôn ngữ không bao gồm các từ chỉ sự vật mà người nói tiếng Anh xem là cơ bản: chẳng hạn, tiếng Nga không có từ "bàn tay" – chỉ có từ ngón tay và cánh tay. Cũng trong tiếng Nga người nói nam và nữ sử dụng hậu tố từ khác nhau để mô tả hoạt động trước đây của họ. Những khác biệt này phát sinh vấn đề liệu ngôn ngữ định hình suy nghĩ của chúng ta nhiều ít: ngôn ngữ thực ra có loại ảnh hưởng gì.

Một trong những lý thuyết nổi tiếng nhất về mối quan hệ giữa ngôn ngữ và tư duy đôi khi còn gọi là **giả thuyết Sapir-Whorf,** vì do nhà ngôn ngữ học và nhân chủng học người Mỹ Edward Sapir và học trò của ông là Benjamin Lee Whorf phát triển. Mặc dù giả thuyết này thường được gọi **giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ,** có hai hình thức, hình thức yếu và hình thức mạnh. Trong hình thức mạnh, là thuyết quyết định ngôn ngữ – quan điểm cho rằng ngôn ngữ quyết định tư duy. Nói cách khác, nếu không có cách diễn đạt một khái niệm trong ngôn ngữ thì khái niệm không có sẵn cho những người nói ngôn ngữ ấy. Hình thức yếu của giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ ít cực đoan hơn, đơn giản lập luận rằng ngôn ngữ đối với những người nói ngôn ngữ ấy đạt được khái niệm khó khăn hơn, mặc dù không phải là không thể đạt được.

Hình thức mạnh trong giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ

Giả thuyết Sapir-Whorf được Sapir phát biểu ở hình thức mạnh vào năm 1947. Sapir lập luận rằng mỗi cá nhân phụ thuộc vào hệ thống ngôn ngữ của mình về mặt nhận thức, theo nghĩa phạm trù và phân biệt được mã hóa trong ngôn ngữ ấy sẽ quyết định loại tư duy mà một người nào đó có thể nghĩ. Ngoài ra, mỗi hệ thống ngôn ngữ đều có tập hợp riêng biệt của những phạm trù và phân biệt như thế, khác với ngôn ngữ khác. Đây là phần "tính tương đối ngôn ngữ" của lý thuyết. Sapir cho rằng thực sự không bao giờ có thể dịch một quan điểm hoàn hảo từ ngôn ngữ này sang ngôn ngữ khác vì ngôn ngữ quyết định tư duy đến một giới hạn như thế.

Năm 1911, Boas chứng minh ngôn ngữ khác nhau thường có những điểm khác nhau mang tính đặc biệt đối với ngôn ngữ. Một trong những minh họa nổi tiếng nhất của ông là minh họa về ngôn ngữ Eskimo hay Inuit có 27 từ khác nhau để chỉ tuyết – minh họa ngôn ngữ, môi trường và văn hóa của con người liên kết với nhau ra sao. Pullum (1989) không thừa nhận quan điểm này, cho rằng hình ảnh đã bị bóp méo với nhiều báo cáo liên tiếp và thực ra trong tiếng Inuit chỉ có hai từ để chỉ tuyết, đó là từ *qanik*, ám chỉ "tuyết trong không khí" và từ *aput*, ám chỉ "tuyết trên mặt đất". Mặc dù người ta hoài nghi liệu Pullum có đề cập đến ngôn ngữ Inuit hay không cũng như về tính chính xác của bản dịch. Trong mọi trường hợp, ngôn ngữ Lapp bao gồm nhiều từ chỉ tuyết khác nhau, mang nghĩa khác nhau được liệt kê trong Bảng 4.3.

Bảng 4.3. Các từ chỉ tuyết trong ngôn ngữ Lapp

Ngôn ngữ Lapp có một từ đặc biệt để gọi mỗi loại tuyết sau đây:

Tuyết rơi
Tuyết mới rơi
Tuyết trên mặt đất
Tuyết mềm trên mặt đất
Tuyết ẩm rơi
Tuyết trên mặt đất tan một nửa
Đống tuyết mềm
Đống tuyết cứng
Tuyết đông lại
Tuyết đông lại do mưa
Tuyết lấp lánh trên mặt đất
Lớp áo mịn của bột tuyết
Tuyết mịn do gió mang lại
Lớp áo mỏng tuyết mềm bên ngoài vật thể
Tuyết có bề mặt đông cứng
Lớp vỏ tuyết cứng nhường đường khi bước
Tuyết sắp tan trên mặt đất
Tuyết tan thành nước
Tuyết tan dùng làm xi măng cho nhà tuyết
Tuyết sử dụng để xây nhà tuyết
Tuyết rơi màu vàng hay đỏ dỏ
Tuyết ẩm kết dính
Tuyết tan
Tuyết rơi nhẹ
Tuyết rơi rất nhẹ, lơ lửng trong không khí

Nguồn: Rovaniemi Science Centre, Lapland

Tuy nhiên, những minh họa này không hẳn chứng minh rằng ngôn ngữ quyết định tư duy như Sapir đã nghĩ, vì chúng cũng tương đương khi dùng để biểu thị rằng môi trường là nguyên nhân hình thành ngôn ngữ. Sống trong một môi trường trong đó tuyết tỏ ra quan trọng như thế, thì điều cũng dễ hiểu khi cộng đồng phát triển một vốn từ mở rộng để mô tả tuyết. Quan điểm của Bruner xem ngôn ngữ như một phương tiện phân loại và khái niệm hóa ngụ ý rằng con người có khuynh hướng để ý và nhớ sự việc dễ được mã hóa trong ngôn ngữ của mình. Chẳng hạn, tiếng Anh có nhiều từ để nói về viết và vẽ (chẳng hạn như bút mực, bút chì, bút vẽ, v.v...), kết quả chúng ta phải phân biệt tế nhị những từ này, một điều mà người khác từ nền văn hóa không có chữ viết xem là hoàn toàn không cần thiết. Nói chung, tất cả những việc họ làm là chỉ đánh dấu lên giấy!

Thậm chí một ngôn ngữ không có từ chuyên môn thì ngôn ngữ ấy có thể thích nghi và phát triển khi nhu cầu phát sinh. Chẳng hạn tiếng Anh không có từ nào để chỉ "cách quan sát thế giới", nhưng vay mượn từ *Weltanschauung* trong tiếng Đức vì mục đích này. Tiếng Anh không có 27 từ khác nhau để chỉ tuyết, nhưng người trượt tuyết phát triển nhiều cách mô tả tuyết khác nhau, bất chấp hạn chế của ngôn ngữ. Hầu hết các nhóm có tiêu điểm nghề nghiệp thường có khuynh hướng phát triển từ chuyên môn giúp họ định nghĩa chi tiết trong nghề nghiệp của mình hơn người khác: đây là mục đích của "tiếng lóng" chuyên ngành.

Vấn đề khác với quan điểm cho rằng ngôn ngữ quyết định tư duy là kết quả tất yếu: cho rằng mọi người nói ngôn ngữ ấy sẽ có khuynh hướng suy nghĩ theo cách giống nhau. Trong một văn hóa nói ngôn ngữ đặc biệt, thường có nhiều tiểu văn hóa, khác biệt nhau, đôi khi người trong tiểu văn hóa này có cách quan sát thế giới khác mặc dù nói cùng ngôn ngữ.

Hình thức yếu của tính tương đối ngôn ngữ

Trong thực tế, Sapir lẫn Whorf đều không tán thành hình thức mạnh trong giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ. Thay vào đó họ tán thành hình thức yếu, phát biểu rằng ngôn ngữ có thể ảnh hưởng đến loại tư duy mà con người thường có. Có nhiều chứng cứ ủng hộ hình thức yếu trong giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ. Farb (1974) nghiên cứu phụ nữ Nhật Bản sống ở San Francisco lấy chồng là một quân nhân Mỹ. Họ nói tiếng Anh với chồng và con nhưng nói tiếng Nhật với nhau. Khi được phỏng vấn bằng hai thứ tiếng, người ta nhận thấy thái độ của họ khác biệt đáng kể tùy vào ngôn ngữ họ sử dụng. Chẳng hạn, khi được yêu cầu hoàn tất câu: "khi mong muốn của tôi trái với mong muốn của gia đình...", trong tiếng Nhật thì họ bảo "...đây là thời gian bất hạnh nhất", nhưng trong tiếng Anh họ phát biểu "...tôi sẽ làm điều tôi muốn".

Farb giải thích điều này theo nghĩa "thế giới ngôn ngữ gồm các quan điểm và giả định văn hóa được tạo ra do sử dụng ngôn ngữ: phụ nữ thể hiện thái độ thích hợp với thế giới ngôn ngữ họ đang sống khi nói. Như chúng ta nhận thấy trong nghiên cứu của Carmichael, thay đổi tên gọi một hình ảnh bằng lời nói đã ảnh hưởng đến trí nhớ của con người về hình ảnh ấy. Tương tự, sử dụng tiếng Nhật sẽ phục hồi trí nhớ của họ về sự giáo dục truyền thống ở những phụ nữ này, có nghĩa rằng những khía cạnh nhân cách ấy trở nên nổi bật hơn trong khi sử dụng tiếng Anh làm cho đời sống hiện tại và giả định hiện đại của họ nổi bật hơn.

Mặc dù điều này không có nghĩa là tất cả ví dụ nêu ra ủng hộ cho giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ mang tính thuyết phục. Một trong nhiều minh họa của Whorf trong năm 1956 chẳng hạn là người Mỹ bản xứ Hopi sử dụng một từ để gọi "côn trùng", "phi công – trên trời" và "máy bay". Ông cho rằng điều này chứng minh các mẫu tư duy cơ bản trong văn hóa ấy khác với các mẫu tư duy của người châu Âu vì tư duy của người châu Âu không thể nhận thức sự liên kết giữa ba vật khác nhau này. Nhưng năm 1975, Greene chỉ rõ rằng cùng một từ 'drive' sử dụng trong tiếng Anh có rất nhiều nghĩa: lái phương tiện có động cơ, thực hiện một cú đánh golf, lối đi rộng vào nhà, tham vọng mãnh liệt, v.v... nhưng điều này không có nghĩa là người nói tiếng Anh nhận thấy sự liên kết giữa mọi ý nghĩa khác nhau. Suy luận các mẫu nhận thức từ dữ liệu ngôn ngữ có thể rất sai lầm.

Từ chỉ màu sắc

Một số nghiên cứu giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ tập trung vào cách chúng ta gọi tên màu. Có hai lý do chính. Thứ nhất là nhận biết màu sắc có thể kiểm tra trực tiếp, bằng cách cho xem nhiều màu khác nhau không hề phải dùng ngôn ngữ. Và thứ hai là ngôn ngữ khác nhau thường khác biệt rất lớn về số lượng từ chỉ màu sắc. Nói chung một số ngôn ngữ không có từ để phân biệt màu sắc, ngoại trừ màu sáng và tối, các ngôn ngữ khác khác nhau về cách phân loại màu sắc. Chẳng hạn: trong tiếng Nga không có từ "xanh trời" chỉ tùy vào người nói muốn ám chỉ xanh trời nhạt hay đậm mà thôi, cũng như trong tiếng Pháp không có từ "màu nâu" như tiếng Anh.

Năm 1969, Berlin và Kay đề xuất **giả thuyết Berlin-Kay.** Họ cho rằng có một cấu trúc phụ phổ biến trong vốn từ chỉ màu sắc: từ cơ bản luôn mô tả màu sắc giống nhau và liên quan đến các bước sóng ánh sáng giống nhau. Berlin và Kay xem điều này xảy ra như kết quả đặc điểm sinh lý trong nhận thức con người (xem Chương 12). Bảng 4.4 liệt kê màu sắc trong ngôn ngữ có nhiều từ khác nhau để chỉ màu, dao động từ 2 – 8. 11 màu liệt kê trong bảng miêu tả tập hợp từ chỉ màu sắc cơ bản do Berlin và Kay nhận dạng. Một khi những từ này được hình thành trong một ngôn ngữ, thì có thể thêm vào số lượng tăng dần hay từ chỉ màu khác nhau.

Bảng 4.4 Từ chỉ màu sắc cơ bản

Số từ chỉ màu sắc trong ngôn ngữ	**Màu được nhận dạng**
Hai	Đen và trắng
Ba	Đen, trắng, đỏ
Bốn	Đen, trắng, đỏ, vàng
Năm	Đen, trắng, đỏ, vàng, xanh lục
Sáu	Đen, trắng, đỏ, vàng, xanh lục, xanh trời
Bảy	Đen, trắng, đỏ, vàng, xanh lục, xanh trời, nâu
Tám	Màu sắc trên, cộng thêm một màu tím, hồng, cam hay xám bất kỳ

Nguồn: Berlin và Kay, 1969

Quan điểm cho rằng từ chỉ màu sắc mang tính phổ biến, và không lệ thuộc vào ngôn ngữ, không thừa nhận giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ và được các nhà nghiên cứu khảo sát thực nghiệm. Năm 1974, Rosch cho thấy có một bộ lạc trong ngôn ngữ chỉ có hai từ chỉ màu cơ bản, bộ lạc Dani, cũng nhận biết sự thay đổi màu chính xác giống như các dân tộc khác có 11 từ chỉ màu cơ bản. Cho dù họ không có từ vựng nhưng vẫn phân biệt được màu. Ít nhất trong trường hợp này, ngôn ngữ không có vẻ quyết định điều con người có thể suy nghĩ đến.

Nghiên cứu trong các lĩnh vực khác cũng đặt vấn đề liệu ngôn ngữ có ảnh hưởng đến khả năng con người có thể hình thành suy nghĩ hay không: Dixon (1980) tiến hành nghiên cứu sự giỏi toán ở những người nói tiếng của thổ dân châu Úc, không có con số nào lớn hơn 4. Những người đã học tiếng Anh như ngôn ngữ thứ hai không hề khó khăn với các con số và sử dụng con số để tính toán không thua kém người nói tiếng Anh chính gốc. Nói chung, chứng cứ có vẻ cho thấy ít có chứng cứ về khái niệm cơ bản nền tảng do ngôn ngữ quyết định, mặc dù khái niệm xã hội có thể cụ thể về văn hóa, như "tính chất cá nhân" trong minh họa tiếng Nhật/ tiếng Anh.

GIẢ THUYẾT TƯỚC ĐOẠT LỜI NÓI

Giả thuyết tước đoạt lời nói là một tiếp cận lý thuyết cũng phát sinh từ quan điểm cho rằng suy nghĩ lệ thuộc vào ngôn ngữ, hay ít nhất hình thức suy nghĩ tinh vi như lập luận và phân loại trừu tượng. Giả thuyết ngụ ý rằng sự khác nhau trong khả năng ngôn ngữ tạo ra sự khác nhau trong cách phức tạp, tinh vi ở người sử dụng ngôn ngữ có năng lực. Giả thuyết tước đoạt lời nói dự đoán rằng những người vì lý do này hay lý do khác có sự kiểm soát ngôn ngữ hạn chế sẽ kém khả năng lập luận tinh vi hơn những người kiểm soát mở rộng trong cùng ngôn ngữ.

Một trong những phát biểu nổi tiếng nhất của giả thuyết tước đoạt lời nói là của

Basil Bernstein năm 1973. Bernstein là nhà xã hội học đặc biệt quan tâm đến cách phân bố khắp xã hội các loại hiểu biết khác nhau. Nói chung, ông phân biệt giữa trật tự ý nghĩa phổ thông và ý nghĩa cụ thể. **Ý nghĩa phổ thông** theo Bernstein liên quan đến các nguyên tắc trừu tượng, chung: hiểu biết có thể xét độc lập trong bối cảnh cụ thể. Trái lại, **ý nghĩa cụ thể** liên quan đến quan niệm hay minh họa trực tiếp, đặc trưng, thường lệ thuộc vào bối cảnh xảy ra.

Bernstein lập luận rằng chỉ bằng cách nhận biết trật tự ý nghĩa phổ thông – nguyên tắc chung – mà con người có thể nhận biết cơ sở kinh nghiệm của riêng họ, vì thế có khả năng thay đổi. Nếu hiểu biết tình huống của họ mang tính cụ thể – gắn bó với bối cảnh cụ thể – thì khả năng thay đổi kém hơn vì tìm ra biện pháp thay thế khó hơn nhiều. Chẳng hạn,: nếu bạn gặp sự khó khăn dài hạn với người giám sát trong chỗ làm như là vấn đề phản ứng cá nhân đối với một sự kiện cụ thể, thay đổi tình huống ấy là điều khó. Nhưng khi bạn xem tình huống ấy như sự thể hiện thái độ phân biệt chủng tộc vì bạn đến từ nền tảng dân tộc khác, khi đó có thể (mặc dù không phải là dễ) thay đổi. Trong trường hợp thứ nhất, hiểu biết cụ thể ràng buộc bạn với tình huống và hoàn cảnh cụ thể, vì thế việc bạn nên làm là cố tránh rắc rối. Trong trường hợp thứ hai, giải thích phổ thông có nghĩa là bạn xem tình huống ấy như một phần trong một mẫu chung hơn, và có thể biểu lộ sự phàn nàn chính thức hay đưa những kiểm soát xã hội khác vào tình huống.

Bernstein cũng lập luận rằng những hình thức sử dụng ngôn ngữ khác nhau mà ban đầu ông gọi là **mật mã ngôn ngữ,** sau này gọi là **mật mã ngôn ngữ xã hội,** dùng để hướng người sử dụng đến các hình thức ý nghĩa phổ thông hay cụ thể. Bernstein định nghĩa "mật mã" như một tập hợp các nguyên tắc tổ chức ngữ nghĩa học. Ông nhận dạng hai mật mã chính, gọi là mật mã ngôn ngữ trau chuốt và mật mã ngôn ngữ hạn chế. Mật mã ngôn ngữ trau chuốt cho phép con người tiếp cận hình thức ý nghĩa phổ thông trong khi mật mã ngôn ngữ hạn chế lệ thuộc vào bối cảnh nhiều hơn, vì thế chỉ chấp nhận ý nghĩa cụ thể. Bảng 4.5 thể hiện một số khác biệt mà Bernstein nhận dạng giữa hai mật mã ngôn ngữ.

Bảng 4.5 Mật mã ngôn ngữ trau chuốt và mật mã ngôn ngữ hạn chế

Mật mã trau chuốt	**Mật mã hạn chế**
Ý nghĩa dứt khoát bằng lời nói	Ý nghĩa bằng lời nói không rõ
Tỷ lệ cao của: Mệnh đề phụ thuộc, đại từ "tôi", động từ ở thể bị động, trạng từ, liên từ, và tính từ không thông dụng	*Tỷ lệ cao của:* Đại từ nhân xưng, nhất là "các bạn" và "họ", câu hỏi đuôi để tìm sự nhất trí
Độc lập với các đặc điểm ngoại ngôn ngữ (như kinh nghiệm chia sẻ tín hiệu không bằng lời nói)	Lệ thuộc vào đặc điểm ngoại ngôn ngữ trong giao tiếp
Độc lập với bối cảnh	Phụ thuộc bối cảnh
Sẵn sàng sử dụng để xử lý khái niệm trừu tượng	Thích hợp với các khái niệm cụ thể hơn
Thể hiện tính chất cá nhân của người nói (như giá trị cá nhân)	Nhấn mạnh tư cách thành viên của nhóm của người nói, với cùng giả định
Giữ khoảng cách xã hội	Củng cố mối quan hệ xã hội
Phổ biến hơn ở người nói thuộc giai cấp trung lưu	Phổ biến hơn ở người nói thuộc giai cấp lao động
Sử dụng trong các bối cảnh chính thức (như tranh luận học thuật)	Sử dụng trong bối cảnh thân mật (như gia đình, bạn bè)

Nguồn: Bernstein, 1973

Bernstein cho rằng hệ thống phân loại hạn chế tiếp cận mật mã trau chuốt, thông qua quá trình xã hội hóa thành sử dụng ngôn ngữ. Trẻ em thuộc giai cấp lao động, thường có mật mã ngôn ngữ hạn chế trong gia đình và bối cảnh xã hội rộng hơn, trong khi mật mã trau chuốt là hình thức ngôn ngữ thịnh hành trong các gia đình giai cấp trung lưu. Vì kiến thức ở trường học thường đòi hỏi sử dụng mật mã trau chuốt nên tự nhiên trẻ em thuộc giai cấp trung lưu có lợi thế vì "ngôn ngữ trường học" quen thuộc với chúng, trong khi trẻ em thuộc giai cấp lao động gặp phải một hình thức ngôn ngữ ở trường học hoàn toàn khác với hình thức ngôn ngữ vốn quen thuộc với chúng trong môi trường gia đình, do đó số trẻ này sẽ gặp bất lợi.

Ý kiến phê bình giả thuyết tước đoạt lời nói

Công trình của Bernstein mang ẩn ý trẻ thuộc giai cấp lao động bị tước đoạt lời nói: trẻ lớn lên với sự kích thích lời nói kém hơn trẻ thuộc giai cấp trung lưu, và sự kích thích lời nói mà trẻ nhận được lệ thuộc nhiều vào bối cảnh đến mức ràng buộc trẻ với ý nghĩa cụ thể và không cho trẻ suy nghĩ trừu tượng. Khái niệm tước đoạt lời nói này bị Labov phản đối trong năm 1972. Ông cho rằng thật không thực tế khi trình bày cách học ngôn ngữ ở trẻ thuộc giai cấp lao động. Labov cho rằng nhiều trẻ như thế thật sự trưởng thành trong một môi trường kích thích ngôn ngữ rất cao và hoàn toàn hòa nhập vào nền văn hóa bằng lời nói tích cực ngay từ rất sớm. Mặc dù ngôn ngữ trẻ nghe có thể là phương ngữ hơn là hình thức tiêu chuẩn, môi trường của trẻ thường phong phú về ngôn ngữ, không hề bị tước đoạt.

Labov tiến hành một loạt nghiên cứu trong đó ông cho thấy việc nghiên cứu ngoài hình thức ngôn ngữ bề ngoài thường mang đến một bức tranh khác hẳn. Lý do tại sao các nhà nghiên cứu không nắm bắt khả năng của người sử dụng mật mã hạn chế là do đe dọa bối cảnh chính thức trong đó sử dụng ngôn ngữ có khuynh hướng được nghiên cứu. Trong một loạt nghiên cứu cổ điển về trẻ em da đen, Labov cho thấy bối cảnh trắc nghiệm chính thức – cho dù người thí nghiệm là da đen hay da trắng đi nữa – cũng tạo ra sự giao tiếp bằng lời rất ít ở trẻ. Nhưng trong tình huống người thí nghiệm da đen trò chuyện thân mật với một trẻ tên là Leon, sử dụng ngôn ngữ thân mật, cùng ngồi bệt xuống sàn ăn khoai tây chiên dòn, thì bức tranh khác hẳn hiện ra. Leon chứng tỏ em là người phát biểu lưu loát, có thể phát triển một lập luận trừu tượng phức tạp về sự hiện hữu của Chúa – thực ra phức tạp về mặt nhận thức hơn lập luận được người sử dụng mật mã trau chuốt lưu loát tạo ra đối với vấn đề tương tự.

Labov cho rằng sử dụng mật mã trau chuốt theo mô tả của Bernstein thực ra không có liên quan gì đến khả năng nhận thức, bất chấp vẻ ngoài giả tạo được vốn từ và cấu trúc mở rộng cung cấp. Ông thường lập luận sử dụng ngôn ngữ trau chuốt với thái độ ngập ngừng, khó hiểu thường che dậy việc thiếu ý tưởng cơ bản. Người nói tiếng Anh không chuẩn thường rất thẳng thắn và sáng tạo trong nhận thức, diễn đạt chính xác điều họ muốn không cần phải "màu mè che dậy" bằng nhiều từ. Labov cũng cho rằng mô hình tước đoạt lời nói thực ra không nghiên cứu lời nói hàng ngày và nguyên tắc đàm luận, cú pháp hàng ngày. Nếu nghĩ đến những qui tắc này và sử dụng ngôn ngữ được nghiên cứu trong các bối cảnh yên tâm, thân mật, thì người nói tiếng Anh không chuẩn chứng minh có năng lực và tinh tế rất cao trong cách sử dụng ngôn ngữ.

Labov xem giả thuyết tước đoạt lời nói như một câu chuyện hoang đường nguy hiểm, dẫn đến suy nghĩ rập khuôn về trẻ em theo nền tảng và chủng tộc, cũng như phủ nhận tính giá trị của các loại ngôn ngữ khác. Các nhà nghiên cứu khác cũng đồng ý với quan điểm này. Cazden (1970) cho rằng năng lực giao tiếp quan trọng hơn năng lực ngôn ngữ – nếu một người giao tiếp hiệu quả với người khác thì việc họ sử dụng mật mã ngôn ngữ nào không phải là điều quan trọng. Wells (1979) cho thấy phần lớn nghiên cứu trong lĩnh vực này rất ngây ngô, thường chỉ xét đến một, hai loại thay đổi cực đoan dễ đánh giá, như giai cấp xã hội và hoàn toàn xem nhẹ các yếu tố phức tạp, hay cá nhân hơn ảnh hưởng đến kiểu ngôn ngữ, như tình huống và bối cảnh lời nói.

Mặc dù Bernstein rõ ràng sai lầm trong việc lập luận rằng sử dụng ngôn ngữ liên quan với khả năng nhận thức và trong khía cạnh ấy lập luận của ông tạo ra một "câu chuyện hoang đường nguy hiểm", dù sao trường hợp thay đổi trong cách sử dụng ngôn ngữ vẫn có tác động ấn tượng đến cách nhận xét của người khác đối với chúng ta. Sử dụng các hình thức ngôn ngữ khác nhau có thể tạo ra suy nghĩ rập khuôn về xã hội và có thể dẫn đến việc hạn chế hay thúc đẩy cơ hội xã hội ở con người. Trong khía cạnh này, lập luận của Bernstein cho rằng hệ thống giáo dục tạo lợi thế cho trẻ sử dụng mật mã ngôn ngữ trau chuốt thuộc giai cấp trung lưu không nên bàn luận qua loa.

Giọng, phương ngữ và vốn từ thường dùng

Lyons (1981) phân biệt ba hình thức chính trong thay đổi hàng ngày: giọng, phương ngữ và vốn từ thường dùng. **Giọng** là biến dạng khu vực hay xã hội trong cách phát âm từ của người nói – một loại nhấn mạnh hay biến cố đặc biệt. Trái lại, **phương ngữ,** là một biến dạng ngôn ngữ có cấu trúc ngữ pháp, vốn từ dễ phân biệt. Phương ngữ có thể mang tính khu vực hay xã hội nhưng đáng kể nhất ở Anh là địa vị xã hội thường có khuynh hướng nổi bật hơn địa lý. Người thuộc giai cấp trung, thượng lưu sống ở vùng Yorkshire hay Northumberland chẳng hạn thường nói tiếng Anh chuẩn, hay **phát âm nhận được,** trong khi người Anh đồng hương thuộc giai cấp lao động sử dụng phương ngữ trong vùng.

Phương ngữ khác hẳn với hình thức tiêu chuẩn đôi khi được xem là một ngôn ngữ khác. Nhưng Haugen (1966) cho rằng sự phân biệt giữa phương ngữ và ngôn ngữ thực ra là vấn đề qui mô và uy tín. Nếu có nhiều người nói thì chúng mang địa vị xã hội cao hợp lý, có thể được xem là một ngôn ngữ, nếu không sẽ được xem như phương ngữ. Chẳng hạn, tiếng Flemish ngày nay được mọi người công nhận là một ngôn ngữ, nhưng trong nhiều năm, bộ phận nói tiếng Pháp trong xã hội Bỉ cứ khăng khăng tiếng Flemish chỉ là một phương ngữ của tiếng Hà Lan. Sự công nhận là kết quả cải thiện địa vị xã hội của số người nói tiếng Flemish ở Bỉ không có gì phải thay đổi trong ngôn ngữ.

Hình thức biến dạng thứ ba được Lyons mô tả là **vốn từ thường dùng.** Mỗi người trong số chúng ta đều phát triển cách sử dụng ngôn ngữ riêng biệt, bao gồm các mẫu và thói quen nói của cá nhân, đôi khi cấu trúc ngữ pháp đặc trưng. Nhưng vì mỗi người có nhiều cách sử dụng ngôn ngữ thay thế dành sẵn cho họ, và sẽ chấp nhận bất cứ cách nào có vẻ thích hợp trong một bối cảnh đã định, khái niệm vốn từ thường dùng không được sử dụng nhiều trong nghiên cứu ngôn ngữ nói chung – mặc dù có thể hữu ích trong nghiên cứu chi tiết về một người.

Giọng và phán đoán xã hội

Giles (1973) nghiên cứu liệu giọng của một người có nêu ra lý lẽ bào chữa hay phản đối hình phạt tử hình hay không đều ảnh hưởng đến thái độ của thanh niên 17 tuổi đối với vấn đề ấy. Quan điểm cá nhân của những người tham gia nghiên cứu trước tiên phải thu thập, 7 ngày sau họ được nghe lập luận phản đối hình phạt tử hình được đọc bằng một trong nhiều giọng nói kể cả phát âm chuẩn, nhấn âm của vùng phía nam xứ Wales, Somerset và Birmingham. Sau đó người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đánh giá chất lượng lập luận mà họ nghe được. Đánh giá của họ khác nhau so với địa vị xã hội của giọng nói: giọng có uy tín hơn thì được người ta cho rằng có lập luận tốt hơn.

Nghiên cứu của Edwards năm 1979 bao gồm việc đọc một loạt băng bài đọc của trẻ em cùng một đoạn văn cho giáo sinh nghe, sau đó yêu cầu họ đánh giá các em về nhiều mặt khác nhau, chẳng hạn như "thông minh", "nhiệt tình", "hạnh phúc", v.v.... Một nửa trẻ có giọng địa phương, của giai cấp lao động, trong khi nửa còn lại có giọng thuộc giai cấp trung lưu. Giáo sinh đánh giá trẻ thuộc giai cấp lao động kém tích cực hơn trong mọi thang điểm liên quan đến học tập. Khi xét chứng cứ nghiên cứu thể hiện mong đợi của giáo viên có thể là lời dự đoán hoàn thành ước nguyện của mình ra sao, ảnh hưởng đến cách đối xử của giáo viên đối với số học sinh này và hoạt động giáo dục tiếp theo sau của các em (Rosenthal và Jacobsen, 1968), đây là một nhận xét hoàn toàn đảo lộn.

Chứng cứ như thế này cho chúng ta thấy phán đoán xã hội trên cơ sở giọng hay phương ngữ có thể tác động đến mức nào. Nhiều hình thức lời nói địa phương (hàng ngày hay thuộc giai cấp lao động) được xem là mang ẩn ý về địa vị xã hội: chuyển tải thông điệp tình trạng thấp kém trong xã hội. Hầu như ngôn ngữ nào cũng đều có hình thức "cao" và "thấp" đi kèm với những khía cạnh khác nhau về địa vị xã hội, trong khi những hình thức này không hề đề cập đến khả năng suy nghĩ của con người, lập luận hay hoạt động có hiểu biết, chúng gợi ra những hạn chế xã hội ngăn cản cơ hội dành cho con người. Trong xã hội hiện tại, những hạn chế này khó thấy hơn vì chúng ta khẳng định rằng những cơ sở trong xã hội phải dành cho mọi người, nhưng sự hạn chế xã hội có thể rất tinh vi. Một người nào đó có thể không được đề bạt quá một chức vụ nào đó trong công ty, hay một học sinh điểm cao không vào được các ngành như luật hay y vì bị đánh giá trên cơ sở giọng nói cho rằng họ "không phù hợp".

Song ngữ

Khi có sự khác biệt giữa lời nói chuẩn và địa phương, việc nói cả hai loại này đôi khi được xem là một hình thức song ngữ đặc biệt, gọi là **song ngữ.** Như Labov chứng minh, khả năng giao tiếp với người khác theo mẫu lời nói mà họ nhận thấy quen thuộc có thể dẫn đến sự hiểu biết về khả năng và quan điểm của họ vốn không dành cho những người sử dụng một mẫu lời nói chính thức hơn. Nhiều người trong tiềm thức "nhận" giọng nói của người khác mà họ đang tiếp xúc, và đôi lúc điều này hình thành một hỗ trợ đáng giá trong giao tiếp hiệu quả. Hudson (1980) lập luận rằng có thể xử lý đúng dạng ngôn ngữ như thế này cho phép con người tham gia vào việc nhận dạng rộng hơn với các nhóm khác nhau trong xã hội cùng lúc.

NGÔN NGỮ PHÂN BIỆT GIỚI TÍNH

Sự lựa chọn ngôn ngữ của chúng ta có thể ảnh hưởng đáng kể đến thông tin thực tế mà chúng ta phát ra thậm chí khi sử dụng từ có vẻ mang nghĩa sự việc tương tự. Thouless (1974) chứng minh **từ cảm xúc** (từ ngụ ý phán đoán giá trị hay cảm xúc mạnh) có thể ảnh hưởng đến những gì nghe được ở thính giả. Chẳng hạn sẽ tạo sự khác biệt liệu nhóm cai trị một quốc gia có được giới truyền thông xem là "chế độ" hay "chính phủ" hay không – trong mỗi trường hợp chuyển tải thông điệp khác nhau. Tương tự, những người tích cực phản đối quyết liệt một hệ thống cụ thể có thể được những người ủng hộ sự nghiệp của họ gọi là "chiến sĩ đấu tranh cho tự do", hay "khủng bố" bởi những người tham gia vào hệ thống mà họ phản đối.

Một trong những minh họa rõ ràng nhất về sự thể hiện thái độ thông qua ngôn ngữ có thể nhìn thấy qua ngôn ngữ phân biệt giới tính, trong đó xem phụ nữ là "hạ cấp" hay "không quan trọng" trong khi sử dụng ngôn ngữ. Điều này áp dụng cho cả hai cách sử dụng ngôn ngữ và cho thông tin mà ngôn ngữ được nghĩ là chứa đựng.

Phân biệt giới tính trong sử dụng ngôn ngữ

Lakoff (1975) cho rằng phụ nữ được khuyến khích trực tiếp sử dụng hình thức ngôn ngữ kém quyết đoán hơn nam giới. Chẳng hạn, diễn đạt thăm dò như "tôi nghĩ" hay "có lẽ" được phụ nữ dùng thường hơn nhưng tương đối không phổ biến trong lời nói của nam giới. Sự khác nhau về cách thuộc loại này làm cho lời nói của nữ giới được xem là kém quan trọng hơn vì mang tính dứt khoát ít hơn, có vẻ không chắc chắn. Do đó, Lakoff lập luận những gì phụ nữ nói được cho rằng kém quan trọng hơn.

Có nhiều nghiên cứu minh họa hình thức ngôn ngữ quy ước có tác động trực tiếp đến suy nghĩ của con người. Eakins và Eakins (1978) cho thấy phụ nữ thường được qui là người "được sở hữu" hơn là "người sở hữu" trong mối quan hệ ("con gái của John", "quả phụ của Ed", v.v...) và nhận thấy điều này ảnh hưởng đến khả năng giải quyết vấn đề. trong một nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đọc đoạn văn sau:

"Người ta tóm lấy một người đàn ông cùng đứa con trai nhỏ tuổi của ông trong một vụ cướp. Người bố bị bắn trong khi đang cướp giật và đứa con trai tay đang bị còng bị kéo về sở cảnh sát. Khi cảnh sát kéo đứa con đang giẫy giụa vào sở thì viên thị trưởng, được mời tới hiện trường, nhìn quanh và kêu lên "Chúa ơi, đó là con tôi!"

Khi đọc đoạn văn, người tham gia phải trả lời câu hỏi: "viên thị trưởng quan hệ với đứa bé ra sao?" họ báo cáo rằng người tham gia nghiên cứu thường đoán "buồn cười và lộn xộn", nhưng một ít người nghĩ ra một giải pháp hợp lý: viên thị trưởng có thể là mẹ của đứa bé. Giả định phân biệt giới tính của họ đối với viên thị trưởng chắc chắn ảnh hưởng đến khả năng lập luận logic của họ. Người ta cho rằng viên thị trưởng là một từ mang giới tính cụ thể, vì không có từ "nữ thị trưởng" trong ngôn ngữ, vì thế minh họa mang tính lầm lạc. Tuy nhiên, lập luận này cho thấy giả định phân biệt giới tính ăn sâu như thế nào vì từ "nữ thị trưởng" không phải tương đương với từ "nam thị trưởng" mà ám chỉ một vai trò xã hội khác nhau. Nếu chỉ định phụ nữ làm thị trưởng thì bà ta sẽ bổ nhiệm người khác làm nữ thị trưởng, vì có nhiều nhiệm vụ khác nhau đi kèm với chức vụ. Trong mọi trường hợp minh họa cho thấy hoàn toàn thuyết phục nếu dùng từ "bác sĩ phẫu thuật" thay cho từ thị trưởng.

Vốn từ và phân biệt giới tính

Khi nghiên cứu giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ chúng ta nhận thấy vốn từ trong một ngôn ngữ có thể thu hút sự chú ý đến các đặc điểm môi trường hay văn hóa. Điều này có thể áp dụng ngược lại: Spender (1980) nêu rõ trong tiếng Anh không có từ trung tính để mô tả một phụ nữ quả quyết, còn Hage (1972) cho thấy không có từ nào diễn tả khả năng tình dục bình thường ở phụ nữ như từ "cường tráng" hay "cường dương" như ở nam giới. Trái lại ở những từ có nghĩa miệt thị, Stanley (1973) chứng minh trong tiếng Anh có đến 220 từ mô tả phụ nữ chung chạ trong khi chỉ có 20 từ dành cho nam. "Đếm từ" như thế này thường cho thấy những giả định xã hội thông thường. Trong trường hợp đặc biệt này, đối với phụ nữ càng khó hơn khi được xã hội đánh giá bằng những từ bình đẳng như nam giới.

Vốn từ có thể là dấu chỉ báo thuyết phục về giả định xã hội, và điều này có thể áp dụng ngay cả đối với vốn từ khoa học mang trung tính hơn, cũng như lời nói hàng ngày. Spender (1980) dẫn chứng một minh họa ngôn ngữ "quá tải" khi mô tả chứng cứ cho rằng phụ nữ thường nhận biết về bối cảnh diễn ra kích thích thị giác nhiều hơn nam giới (Witkin và người khác, 1962) hiện tượng này được gọi tên theo cách có vẻ nhận thức của phụ nữ kém hơn: phụ nữ nắm giữ chức vụ được gọi là "lệ thuộc trong lĩnh vực" trong khi nam giới được mô tả là "độc lập trong lĩnh vực". Nhưng những từ khác cũng mô tả tốt hiện tượng này: Spender cho rằng "nhận biết bối cảnh" và "không nhận biết bối cảnh" là những từ thay thế có nghĩa chính nam giới, chứ không phải nữ giới, có nhận thức được mô tả là khiếm khuyết hay thấp kém.

"Đàn ông" như một từ chung

Giả định xã hội tiềm ẩn trong cách sử dụng ngôn ngữ theo quy ước hoàn toàn tác động ấn tượng đến nhận thức của chúng ta. Có một số minh họa thú vị về điều này từ nghiên cứu cách sử dụng từ chung "đàn ông" để ám chỉ toàn bộ nhân loại, kể cả phụ nữ. Theo Spender (1980), cách sử dụng ngôn ngữ này chỉ được giới thiệu trong thế kỷ 17, trước đây người ta dùng từ "họ" theo nghĩa số ít hay số nhiều khi nói về cả nam lẫn nữ. Spender cho rằng sử dụng "đàn ông" như một từ chung có nghĩa phụ nữ trở thành vô hình trong ngôn ngữ, kết quả là người ta xem phụ nữ không có liên quan. Vì đây cũng là giai đoạn định hình kiến thức hiện đại, sự phát triển có tác dụng sâu rộng ở kiến thức khoa học cũng như trong sinh hoạt hàng ngày.

Morgan (1972) chứng minh từ có ảnh hưởng ra sao trong thảo luận khoa học về sự tiến hóa của con người bằng cách đánh giá lần nữa quan điểm được mọi người chấp nhận, nghiên cứu vai trò của phụ nữ cũng như nam giới. Bà lập luận phụ nữ thường bị tác giả viết về tiến hóa phớt lờ, có nghĩa là lý thuyết họ phát triển thực ra không xét đến nhu cầu sống còn chẳng hạn như bảo vệ trẻ em. Morgan qui điều này trực tiếp cho việc sử dụng "đàn ông" làm từ chung và sử dụng chung đại từ "anh ấy". Bà lập luận điều này dẫn đến chỉ tập trung chú ý vào hoạt động nam giới, trong khi hoạt động nữ giới bị xem thường.

Sự thừa nhận phụ nữ không đầy đủ do kết quả của việc sử dụng ngôn ngữ này cũng áp dụng trong các bối cảnh rộng hơn. Nhiều nghiên cứu chứng minh rằng sử dụng chung "đàn ông" trong câu tạo ra sự hình thành hình ảnh của nam giới, điều này ảnh hưởng đến cách hiểu của con người về những gì họ nghe được. Nilsen (1973) chứng minh rằng trẻ em nghĩ rằng "đàn ông" (man) có nghĩa là nam giới trong những câu chẳng hạn như "con người cần thực phẩm" (man needs food). Và trong nghiên cứu của Schneider và Hacker (1973) cho thấy học sinh nghĩ về nam giới khi gặp những nhóm từ chẳng hạn như 'political man' hay 'urban man'.

Trong nghiên cứu khác, Martyna (1980) cho người tham gia nghiên cứu xem ảnh chụp của cả nam lẫn nữ, hỏi họ liệu một câu kích thích có thể áp dụng cho người trong ảnh hay không. Ảnh nam giới luôn được đánh giá áp dụng vào mọi câu có sử dụng chung đại từ "anh ấy" nhưng trong một nghiên cứu, 40% số người tham gia và 20% trong một nghiên cứu khác đánh giá ảnh nữ giới không áp dụng được. Trong một nghiên cứu khác, Mackay và Fulkerson (1979) chứng minh rằng những nhầm lẫn tương tự trong việc hiểu câu có đại từ chung "anh ấy" xuất hiện đến 87% khi người tham gia nghiên cứu được hỏi liệu câu có áp dụng cho phụ nữ hay không.

Schultz (1975) chứng minh việc sử dụng từ "man" để làm từ chung chỉ người thường không thay đổi. Mặc dù các tác giả khẳng định việc sử dụng từ này mang tính chung nhưng nội dung họ viết thực sự cho thấy rằng họ chỉ nghĩ về nam giới. Schultz tìm thấy nhiều minh họa cho điều này trong những câu như: 'Man's basic needs are *for* food, shelter, and access to females' (nhu cầu cơ bản của con người là thực phẩm, nơi ở và gần gũi nữ giới). Martyna (1978) phát hiện trong phỏng vấn cách sử dụng từ "man", thì đàn ông nghĩ về chính mình và nghĩ đến đàn ông khác, mặc dù phụ nữ thường nghĩ từ "man" là nói về con người nói chung. Nhưng phụ nữ sử dụng từ này không nhiều như nam giới.

Sự xuống cấp ngữ nghĩa học

Ngôn ngữ không mang tính tĩnh tại, mà thay đổi qua thời gian, khi có thêm từ mới trong ngôn ngữ và từ hiện có thay đổi nghĩa. Nhưng những thay đổi này không phải ngẫu nhiên. Schultz (1975) nêu rằng từ chỉ nam và nữ tương đương có thể so sánh không có nghĩa tương đương khi sử dụng: từ chỉ nữ giới tương đương thường có khuynh hướng ám chỉ địa vị thấp kém hay xúc phạm (chẳng hạn master/ mistress; governor/ governess; sir/madam; v.v...). Điều này xảy ra với tần số nhiều đến mức một số nhà nghiên cứu xem đó là qui tắc ngữ nghĩa học cơ bản trong tiếng Anh: nguyên tắc **xuống cấp ngữ nghĩa học.**

Miller và Swift (1976) chứng minh xuống cấp ngữ nghĩa học cũng xảy ra với tên gọi. Khi tên đặt cho nam được sử dụng để đặt cho nữ thì người ta không dùng chúng đặt cho nam nữa. Những tên như Hilary, Evelyn, và Shirley đặt cho nam, nhưng ngày nay chỉ thích hợp để đặt cho nữ. Chuỗi xuất hiện từ cũng mang thông tin xã hội: Smith (1985) nêu rằng từ dành cho nam theo truyền thống hầu như luôn đứng trước từ dành cho nữ tương đương, thêm lần nữa củng cố quan niệm cho rằng nữ giới kém quan trọng hơn (anh chị, đàn ông đàn bà, v.v...).

Điều trở thành một nguyên tắc chung trong nhiều loại văn viết là nên tránh dùng ngôn ngữ phân biệt giới tính. Do đó, nhiều quy ước viết mới được phát triển thay cho quy ước cũ. Chẳng hạn một số tác gia dùng từ chung 'she' thay vì 'he', trong khi người khác cẩn thận nêu rõ cả hai hình thức dành cho nam lẫn nữ – và để thay thế với trật tự xuất hiện từ. Trong những năm gần đây các nhà tâm lý học ngày càng nhận thức về việc ngôn ngữ có thể truyền dẫn giả định phân biệt giới tính và cách chúng ta nên tránh đưa ra những thông tin vô tình qua sử dụng ngôn ngữ, kết quả là Đạo luật hạnh kiểm dành cho các nhà tâm lý học của Hội tâm lý học Anh quốc cũng đưa ra một loạt hướng dẫn về việc sử dụng ngôn ngữ không phân biệt giới tính (Hội tâm lý học Anh quốc, 1991).

Chúng ta có thể nhận thấy sự liên kết giữa ngôn ngữ và các quá trình nhận thức khác rất nhiều và sâu sắc. Trong khi một vài nhà tâm lý học ngày nay xem ngôn ngữ quyết định tư duy thì một vài người phủ nhận. Nhưng có lẽ một trong những thông tin quan trọng nhất nổi bật từ nghiên cứu tâm lý học ngôn ngữ là ngôn ngữ là một kỹ năng xã hội cũng như là một kỹ năng nhận thức, và sử dụng ngôn ngữ trong xã hội cũng có ảnh hưởng trực tiếp đến cách ngôn ngữ ảnh hưởng đến nhận thức của chúng ta như thế nào.

SỰ CÓ ĐƯỢC NGÔN NGỮ

Nghiên cứu hiện đại về sự có được ngôn ngữ tạo ra một sự tranh luận mới như sự tranh luận giữa trường phái thuyết hành vi, dẫn đầu là B.F. Skinner và trường phái tư duy ngôn ngữ học tâm lý do Noam Chomsky dẫn đầu. Về cơ bản đây là **tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng:** Skinner cho rằng trẻ có được ngôn ngữ thuần túy do tập quen, trong khi Chomsky thì trẻ có được ngôn ngữ do khả năng di truyền.

Thuyết có được ngôn ngữ của Skinner

Năm 1957, Skinner xuất bản quyển sách nhan đề "Hành vi bằng lời nói" trong đó ông cho rằng ngôn ngữ được trẻ tập quen thông qua quá trình **biến đổi do ngoại cảnh thực nghiệm** (xem Chương 18). Skinner cho rằng trẻ dành phần lớn thời gian để tập phát âm, thường tự bi bô trong lúc thức. Trong quá trình tập nói bi bô, trẻ tạo ra được từng âm vị quen thuộc trong ngôn ngữ con người bất kỳ (**Âm vị** là đơn vị âm thanh cơ bản – tương ứng với một âm thanh riêng lẻ chứ không phải một từ riêng lẻ). Mặc dù con người có khả năng tạo ra rất nhiều âm vị, một ngôn ngữ con người bất kỳ chỉ sử dụng một tập hợp hạn chế – nhưng tập hợp ấy khác nhau đối với từng ngôn ngữ.

Skinner cho rằng phụ huynh, nhất là người mẹ dần dần thu hẹp dải âm vị do trẻ tạo ra. Họ làm điều này bằng cách khen thưởng cho những âm vị nào phát âm giống như trong âm vị của mình và không quan tâm đến những âm vị khác. Phần thưởng gồm sự mỉm cười hay giúp trẻ chú ý là một kinh nghiệm thú vị đối với trẻ. Kết quả, trẻ ngày càng tạo ra nhiều âm vị này hơn, và tạo ra ngày càng ít các âm vị không thuộc ngôn ngữ của trẻ.

Việc tạo ra âm thanh trở thành việc tạo ra từ thông qua định dạng hành vi. Trẻ kết hợp âm vị với nhau trong lúc bi bô và đôi khi những kết hợp này tạo thành **hình vị** (sự kết hợp các âm vị) phát âm giống như từ. Chẳng hạn, trẻ kết hợp âm 'mmm' với âm 'uh' để tạo ra âm 'Muh-muh'. Như thế, bố mẹ của trẻ sẽ hài lòng vì họ nghĩ rằng trẻ đang bắt đầu biết nói. Họ thưởng cho trẻ bằng sự chú ý và tán thành làm cho trẻ có khả năng lặp lại âm thanh ấy nhiều hơn nữa. Dần dần, Skinner cho rằng lời nói thốt ra ở trẻ được định hình từ những tiếng động ngẫu nhiên biến thành từ, và điều này giải thích cách có được từ vựng ở trẻ.

Một khi trẻ tạo ra từ, trẻ nhận được sự tán thành từ người lớn bằng việc kết hợp những từ này thành câu, câu sử dụng trong bối cảnh phù hợp cũng nhận được sự tán thành. Quá trình định dạng hành vi liên tục này đảm bảo rằng những phản ứng không thích hợp dần dần bị loại bỏ ra khỏi vốn tiết mục của trẻ trong khi những phản ứng thích hợp được củng cố. Skinner cho rằng sau cùng trẻ có khả năng sử dụng ngôn ngữ.

Thuyết của Skinner trình bày một tiếp cận hành vi cực đoan trong phát triển ngôn ngữ. Ông phủ nhận bất cứ sự tham phần nào của suy nghĩ trong hành động của trẻ, chỉ xem ngôn ngữ hoàn toàn là "hành vi bằng lời". Có lẽ không phải ngạc nhiên, thuyết tạo ra làn sóng phẫn nộ khi lần đầu công bố, và một người phê bình thẳng thắn nhất quan điểm của Skinner là nhà ngữ học Noam Chomsky. Chomsky kịch liệt phê phán sách của Skinner và tiến tới phác họa một lý thuyết lựa chọn của việc có được ngôn ngữ.

Thuyết có được ngôn ngữ của Chomsky

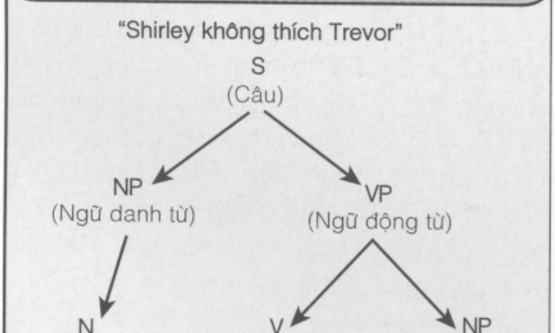
Chomsky (1959) không thừa nhận tiếp cận ngôn ngữ của Skinner vì nhiều lý do. Ông lập luận rằng thuyết của Skinner ngụ ý rằng trẻ tập quen hoàn toàn thông qua thử nghiệm và sai sót – trẻ cố gắng thốt ra lời và lặp lại nếu như được tán thành hay hủy bỏ lời nói ấy nếu như không được tán thành. Nhưng Chomsky cho rằng trẻ có được ngôn ngữ rất nhanh nhiều hơn cơ chế như thế cho phép. Trong khoảng thời gian tương đối ngắn, khoảng 2 năm, trẻ có được một số qui tắc ngữ pháp phức tạp và vốn từ mở rộng. Điều này không thể nếu như trẻ cố gắng kết hợp bằng thử nghiệm và sai sót. Mặc dù đây không phải là lập luận hợp lý hơn của Chomsky, vì như chúng ta chứng kiến trong Chương 18, phản xạ có điều kiện có thể được khái quát hóa thành những kích thích khác.

Thay vì tập quen bằng biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm, Chomsky cho rằng trẻ có một công cụ có được ngôn ngữ bẩm sinh (LAD). Đây là một cơ chế di truyền giúp trẻ giải mã ngôn ngữ nói khi trẻ nghe sao cho trẻ hiểu được các nguyên tắc và qui tắc ngôn ngữ cơ bản. Nhưng vì mọi ngôn ngữ của con người đều khác nhau nên rõ ràng khả năng di truyền trong việc giải mã các nguyên tắc cơ bản có thể hoạt động chỉ khi nào các nguyên tắc cơ bản trong mọi ngôn ngữ đều như nhau.

Chomsky lập luận quả quyết rằng ngôn ngữ con người chỉ khác nhau ở những gì mà ông gọi là **cấu trúc bề mặt** – qui tắc ngữ pháp và từ vựng riêng biệt. Mặc dù bên dưới cấu trúc này còn có **cấu trúc sâu,** mà công cụ có được ngôn ngữ bẩm sinh ở trẻ được định hướng phải giải mã. LAD sẽ trích ra những phân biệt chính và nhận dạng từ quan trọng, sau đó sử dụng những từ này để phát triển cách sử dụng ngôn ngữ. Chomsky cho rằng cấu trúc ngôn ngữ sâu liên quan đến ý nghĩa và hành động cơ bản, và giống nhau trong mọi ngôn ngữ. Ông phát triển một hệ thống ngữ pháp phức tạp để trích cấu trúc sâu từ lời thốt ra, mà ông gọi là **ngữ pháp chuyển hóa** (Hình 4.2).

Một trong những vấn đề trong tiếp cận của Chomsky là quan niệm về cấu trúc sâu trở thành vấn đề đáng nghi ngờ trong ngôn ngữ học tâm lý, không có nhiều chứng cứ ủng hộ. Hầu hết minh họa được trích dẫn đều lấy từ các ngôn ngữ Ấn Âu có cùng nguồn gốc ngôn ngữ, ít có sự tìm hiểu hệ thống liệu cùng cấu trúc sâu như nhau được tìm thấy trong các ngôn ngữ có các nguồn gốc khác nhau hay không.

Hình 4.2: Ngữ pháp chuyển hóa



Vấn đề khác trong mô hình của Chomsky là ý kiến cho rằng trẻ có khả năng giải mã ngôn ngữ bẩm sinh – trẻ tự động có thể thực hiện ngữ pháp chuyển hóa không cần phải học. Chomsky cho rằng điều này xảy ra với điều kiện trẻ tiếp xúc với ngôn ngữ nói. Nhưng chúng ta sẽ chứng kiến khi xét đến một số nghiên cứu gần đây hơn, hoàn toàn có nhiều chứng cứ cho thấy trẻ thực sự cần được dạy bảo, ngoài ra nhu cầu dạy bảo này phải do con người tiến hành. Tiếp xúc với ngôn ngữ nói bản thân nó vẫn chưa đủ.

Thuyết có được ngôn ngữ của Lenneberg

Quan niệm cho rằng sự có được ngôn ngữ có lẽ có cơ sở sinh học, di truyền đã thu hút nhiều nhà nghiên cứu trong thập niên 1960. Lenneberg (1967) lập luận khả năng có được ngôn ngữ tùy thuộc vào việc liệu trẻ có trải qua ngôn ngữ nói trong **giai đoạn tới hạn** trong sự phát triển ở trẻ hay không. Giai đoạn tới hạn là thời gian chuẩn bị về mặt di truyền đối với những loại hình tập quen cụ thể: chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn trong Chương 22. Lenneberg quả quyết giai đoạn tới hạn ở trẻ là trước tuổi dậy thì. Sau giai đoạn ấy, thay đổi sinh học tạo ra sự sẵn sàng về mặt di truyền và con người không còn khả năng học ngôn ngữ được nữa.

Lập luận của Lenneberg trên cơ sở quan niệm rằng đối với người lớn học các ngôn ngữ khác khó hơn là trẻ em. Lý thuyết hình thành cơ sở cho nhiều thực nghiệm giáo dục trong giảng dạy ngoại ngữ cho trẻ em ở độ tuổi tiểu học. Nhưng cùng với thời gian trôi qua chứng cứ nghiên cứu có vẻ chứng minh rằng những trẻ em này không nói được tiếng Pháp hay tiếng Tây Ban Nha tốt hơn số trẻ học tiếng sau tuổi dậy thì. Tuy nhiên, trẻ thể hiện sự tự tin nhiều hơn vốn là yếu tố khá quan trọng.

Thế nhưng có lẽ ý kiến phê bình chính đối với mô hình của Lenneberg là sự phát hiện một trẻ gọi là Genie. Khi được phát hiện, Genie đã qua tuổi dậy thì, gần 14 tuổi, nhưng trong suốt cuộc đời, cô ít có dịp tiếp xúc với con người. Cô là đứa con hoang, bị nhốt trong gác mái, chân tay bị trói, cho ăn bằng thức ăn của trẻ sơ sinh. Cô không nói được và bị trừng phạt mỗi khi làm ồn.

Có thể hiểu được, Genie chứng tỏ không hề có khả năng ngôn ngữ nào khi được phát hiện. Nếu thuyết của Lenneberg có giá trị, thì cô bé không bao giờ có thể học nói được, nhưng thực tế, cô nhanh chóng học được rất nhiều ngôn ngữ trong giai đoạn được các nhà tâm lý học chăm sóc. Sự có được ngôn ngữ của cô chứng tỏ một số sự khác biệt không đáng kể ở các giai đoạn quan sát thông thường. Fromkin *và người khác* (1974) chứng minh việc sử dụng ngôn ngữ của cô bằng tư liệu và cho thấy trong nhiều khía cạnh cô có vẻ cô đọng các giai đoạn có được ngôn ngữ thông thường được mô tả trong Khung 4.2.

Sau vài năm, Genie có thể dùng ngôn ngữ để giao tiếp với người khác và rõ ràng cô có khả năng hiểu được ngôn ngữ. Mặc dù ngôn ngữ của cô không đạt được mức trôi chảy thông thường so với người khác ở cùng độ tuổi, nhưng mức độ thành thạo mà cô thể hiện vượt xa hơn mức có được ngôn ngữ chỉ lệ thuộc vào giai đoạn tới hạn sinh học như Lenneberg đề xuất. Đáng tiếc thay sau 2 năm, chương trình tài trợ nghiên cứu trường hợp của cô bị ngưng trệ, cô được chính quyền địa phương chăm sóc, trong môi trường này cô bị thoái hóa nhanh chóng.

Tương tác xã hội và sự có được ngôn ngữ

Khi nghiên cứu bằng cách nào trẻ có được ngôn ngữ đang tiến triển, thì ý nghĩa quan trọng sự tương tác ở con người ngày càng dễ thấy hơn. như chúng ta đã biết, một trong những ý kiến chỉ trích ban đầu của Chomsky về Skinner tập trung vào quan niệm cho rằng trẻ hiểu được ngôn ngữ rất nhanh không cần phải dạy. Skinner ngụ ý rằng ngôn ngữ hoàn toàn là hành vi bằng lời do phản ứng của bố mẹ định hình, trong khi Chomsky cũng cực đoan lập luận sự tương tác của bố mẹ không có tác dụng gì cả. Nhưng thực ra trẻ không được giáo dục chính thức về cách sử dụng ngôn ngữ thì không có nghĩa rằng trẻ được dạy dỗ.

Jill và Peter de Villiers (1978) chứng minh rằng ngôn ngữ mà bố mẹ sử dụng với trẻ đôi khi gọi là **motherese**, về cơ bản khác với cấu trúc ngôn ngữ mà người lớn sử dụng với nhau, hay ngôn ngữ mà trẻ lớn tuổi hơn sử dụng với nhau. Ngôn ngữ dùng cho trẻ nhỏ tuổi trong nhiều cách được thực hiện dễ dàng hơn. Nguyên âm được phát ra mềm mại hơn, phụ âm khó bị bỏ đi – chẳng hạn người ta thường phát âm 'wabbit' thay vì 'rabbit' khi họ nói chuyện với trẻ vì nói như thế trẻ sẽ dễ bắt chước hơn. Hậu tố vần điệu thêm vào từ chẳng hạn như 'doggie-woggie' giúp trẻ phát triển cảm giác quen thuộc với từ và âm. Tất cả những thay đổi trong sử dụng ngôn ngữ này trong đó người mẹ và những người lớn khác đều thực hiện gần như tự động khi nói chuyện với trẻ nhỏ, giúp trẻ có được ngôn ngữ.

De Villiers và de Villiers (1978) cũng chứng minh trò chơi và vần trong ngôn ngữ cũng giúp trẻ có được ngôn ngữ dễ dàng hơn. Bố mẹ thường đưa ra nhiều từ mới cho trẻ hay củng cố vốn từ trẻ hiện có bằng cách đặt các từ thành bài hát đơn giản, có nghĩa là từ mới được nhấn mạnh. Trong một bài hát như: "Đây là gì? Đây là cáo. Đây là gì? Đây là bò. Đây là gì? Đây là thỏ.", chính tên gọi động vật là yếu tố quan trọng nhất. Vì phần thốt ra còn lại đều quen thuộc nên trẻ sẽ chú ý tập trung từ mới.

Khung 4.2 Các giai đoạn có được ngôn ngữ

Các nhà tâm lý học đưa ra nhiều giải thích về sự có được ngôn ngữ ở trẻ, khác nhau về quan điểm lý thuyết nền tảng. Fry quan tâm đến việc nhận dạng sự phát triển hành vi lời nói. Braine chú ý đến sự phát triển cú pháp và ngữ pháp ban đầu trong khi Brown quan tâm đến việc sử dụng ngôn ngữ để truyền đạt ý nghĩa ra sao.

Quan điểm hành vi về sự có được ngôn ngữ

Fry (1977) nhận dạng một chuỗi hành vi trong phát triển ngôn ngữ:

0-2 tháng tuổi: Chỉ phát âm khi biểu hiện sự khó chịu chẳng hạn như khóc thét hay khóc thút thít.

2-4 tháng tuổi: Trẻ bắt đầu phát ra âm thể hiện sự hài lòng, chẳng hạn như lẩm bẩm hay thì thầm.

4-9 tháng tuổi: Trẻ bắt đầu tập nói bi bô – sử dụng các âm lặp đi lặp lại chẳng hạn như luôn miệng nói 'dadadada'.

9-18 tháng tuổi: Vẫn tiếp tục nói bi bô nhưng trẻ lúc này thử nghiệm nhiều âm quen thuộc như 'mama-mama' và 'babababa'. Giai đoạn này hình thành hệ thống âm vị mà trẻ sau này dùng để tạo ra từ. Bắt đầu nói những từ đầu tiên.

18-30 tháng tuổi: Trẻ bắt đầu tạo ra các nhóm hai từ, như 'allgone milk'.

30 tháng-4 tuổi: Trẻ học qui tắc ngữ pháp, mở rộng vốn từ, hoàn tất việc phát triển hệ thống âm vị và học cách kết hợp để tạo thành câu phức.

4-6 tuổi: Trẻ có được tất cả ngữ pháp và cú pháp của người lớn cơ bản cần cho giao tiếp. Công việc chính từ lúc này trở đi là mở rộng và phát triển vốn từ.

Quan điểm cấu trúc về sự có được ngôn ngữ

Lập luận của Chomsky (1959) dẫn đến việc tìm hiểu cách phối hợp các từ khác nhau ở trẻ cũng như qui tắc mà trẻ quan sát khi phối hợp từ. Minh họa khảo sát này là hệ thống **ngữ pháp mấu chốt** do Braine mô tả năm 1963, ông nghiên cứu cách sắp xếp lời thốt ra có hai, ba từ ở trẻ. Braine cho rằng vào thời điểm này trẻ sử dụng hai loại từ quan trọng: **từ mấu chốt** và **từ mở.** Từ mấu chốt (như 'mine', hay 'allgone' và 'gimme') có thể sử dụng trong nhiều lời nói thốt ra khác nhau, và kết hợp với nhiều từ mở khác nhau trẻ xác định ý nghĩa sau cùng của lời thốt ra. Từ mở (như 'ball' và 'milk', 'play' hay 'walk') biểu thị mục tiêu của lời thốt ra.

Braine cho rằng ngữ pháp mấu chốt mang tính phổ biến, hình thành loại cú pháp sớm nhất, phản ánh cấu trúc sâu của ngôn ngữ. Như thế tạo ra nền tảng cho sự mở rộng kỹ năng ngôn ngữ ở trẻ sau này, cũng như phù hợp với cú pháp và ngữ pháp cụ thể trong ngôn ngữ bố mẹ.

Tiếp cận ngữ nghĩa học về sự có được ngôn ngữ

Tiếp cận thứ ba trong việc tìm hiểu ngôn ngữ ở trẻ nhấn mạnh đến ý nghĩa và mục đích truyền đạt, phản ánh sự chú ý ngày càng tăng đối với tương tác xã hội ở con người trong nghiên cứu ngôn ngữ ở trẻ. **Ngữ pháp quan hệ ngữ nghĩa** của Brown (Brown, 1970) mô tả lời nói đầu tiên của trẻ mang tính chất **điện báo**, chỉ thốt ra những từ thật sự cần thiết để truyền đạt ý nghĩa. Từ chức năng như mạo từ, giới từ và liên từ sẽ sử dụng sau này khi trẻ sử dụng ngôn ngữ tinh vi hơn.

Brown nhận dạng 5 giai đoạn có được ngôn ngữ:

Giai đoạn 1: Trẻ chỉ thốt ra những câu gồm hai từ: 'want teddy' hay 'mummy gone'.

Giai đoạn 2: Trẻ bắt đầu thêm hậu tố và một số mạo từ, như 'that a doggy' hay 'I goed'.

Giai đoạn 3: Trẻ bắt đầu sử dụng câu hỏi 'wh', những câu tương đối dễ như 'what?' (cái gì), 'where?' (ở đâu) và 'when?' (khi nào) sau này mới hỏi 'how?' (thế nào) và 'why?' (tại sao).

Giai đoạn 4: Trẻ bắt đầu nói những câu đơn giản có nhiều mệnh đề, như 'I had milk and teddy had milk' (Con uống sữa, bố cũng uống sữa).

Giai đoạn 5: Trẻ có thể kết hợp câu bằng liên từ và sử dụng mệnh đề phụ: 'Mary who lives over there goes to our school' (Mary ở chỗ đó đi học chung trường với con). Điều này giúp trẻ có thêm dữ liệu cho hầu hết các loại cấu trúc ngữ pháp người lớn: sự phát triển sau này chủ yếu là mở rộng vốn từ.

Sự khác nhau giữa những giải thích có được ngôn ngữ ở trẻ phản ánh tranh luận rộng hơn trong nghiên cứu sự có được ngôn ngữ và ở một mức độ nào đó trong nghiên cứu sự phát triển ở trẻ nói chung.

De Villiers và de Villiers cho rằng cách người lớn sử dụng ngôn ngữ với trẻ em thực ra là hình thức dạy tập trung. Vì thế lập luận của Chomsky cho rằng trẻ có được ngôn ngữ không cần phải dạy không đưa ra được sự khảo sát nghiêm túc.

Nghiên cứu của Bard và Sachs (1977) về trẻ có bố mẹ câm điếc cho thấy trẻ có vẻ không giải mã ngôn ngữ tự động theo lời Chomsky. Một trẻ tên Jim, cho nghe ngôn ngữ nói dưới dạng truyền thanh và truyền hình, bố mẹ em không dạy cho em biết ngôn ngữ ký hiệu vì họ muốn khi lớn lên em sẽ nói được bình thường. Nhưng Jim chỉ thành công trong việc có được ngôn ngữ một khi được nhà trị liệu lời nói chăm sóc khi em gần 4 tuổi. Nếu được chữa trị, trẻ có được ngôn ngữ rất nhanh, ngụ ý có lẽ có sự sẵn sàng bẩm sinh nào đó. Nhưng không có sự tương tác với con người như với nhà trị liệu lời nói chẳng hạn thì không có dấu hiệu nào cho thấy Jim biết nói. Jim cần tương tác xã hội trước khi khả năng ngôn ngữ của em có thể phát triển.

Cả Skinner lẫn Chomsky đều có quan điểm cực đoan, một vài nghiên cứu hiện đại sẵn sàng trở thành giáo điều như thế. Hầu hết các nhà nghiên cứu đều đồng ý rằng có một số loại tố chất bẩm sinh đối với ngôn ngữ: không hoàn toàn học được. Chẳng hạn, cố gắng dạy động vật ngôn ngữ đều thất bại khi dạy phát âm từ như chúng ta sẽ chứng kiến trong Chương 24. Nhưng mặt khác, trẻ có vẻ cần sự tiếp xúc và tương tác với con người để học ngôn ngữ, ngụ ý rằng sự có được ngôn ngữ không hoàn toàn mang tính bẩm sinh.

Quan điểm hứa hẹn là quan điểm cho rằng thực ra trẻ có một số loại hệ thống có được ngôn ngữ bẩm sinh (LAS) nhưng hệ thống này được kích hoạt và áp dụng vào đời sống chỉ bằng tương tác xã hội. Cũng như đối với nhiều quá trình nhận thức khác, có vẻ chính sự tương tác xã hội và tiếp xúc của chúng ta với thành viên khác cùng chủng loài giúp chúng ta định nghĩa và phát triển khả năng của mình.

NHẬN THỨC NGÔN NGỮ HỌC ĐỐI CHỨNG

Thậm chí trẻ tinh tế hơn khi sử dụng công cụ ấy nếu trẻ nhận thức chính bản thân ngôn ngữ. Có nhiều chứng cứ cho rằng kỹ năng **ngôn ngữ học đối chứng** – tìm hiểu ngôn ngữ và hoạt động của nó – phát triển khi trẻ 2 –3 tuổi. De Villiers và de Villiers (1973) yêu cầu trẻ em ở độ tuổi này đánh giá hai loại câu và sửa lại. Nhóm câu thứ nhất không đúng qui tắc **cú pháp** – nguyên tắc ngữ pháp và trật tự từ – trong những câu chẳng hạn như 'Dog the walk' (Chó đi bộ). Nhóm câu khác không đúng qui tắc ngữ nghĩa – qui tắc về ý nghĩa – trong những câu như 'Drink the chair' (uống ghế) vốn không có nghĩa.

Các nhà nghiên cứu nhận thấy tất cả số trẻ mà họ nghiên cứu đều phát hiện và sửa chữa được lỗi ngữ nghĩa. Nhưng số trẻ hai tuổi không thể đánh giá và sửa chữa câu có lỗi cú pháp mặc dù là trẻ lên ba. Điều này cho thấy khía cạnh đầu tiên trong ngôn ngữ mà trẻ có được là nhận thức ngữ nghĩa, trong khi nhận thức cú pháp phát triển sau này. Cũng như ủng hộ ý kiến cho rằng sự tham gia của trẻ không mang tính cấu trúc như Chomsky đề xuất mà mang tính ý nghĩa và tương tác xã hội.

Thế nhưng có vấn đề trong nghiên cứu của de Villiers liên quan đến việc yêu cầu trẻ sửa chữa các câu giả tạo và có thể có sự khác biệt khi trẻ sử dụng ngôn ngữ tự phát. Clark và Anderson (1979) ghi âm lời nói của trẻ và tìm kiếm lỗi cú pháp, và điều họ gọi là "sửa chữa tự phát". Khi trẻ phạm lỗi sẽ nhận biết và tự động sửa chữa.

Điều họ phát hiện là trẻ ở độ tuổi hai, ba thường sai sót và sửa chữa. Chẳng hạn, một trích dẫn từ trẻ 2 tuổi 8 tháng 'the kitty cat is - de spider's kissing the kitty cat's back'. Và trẻ khác 2 tuổi 11 tháng nói: 'She - he didn't give her any food'. Điều xảy ra ở đây là trẻ bắt đầu thốt ra câu không đúng cách, biết lỗi, tự ý sửa chữa, cho thấy thậm chí trẻ 2 tuổi cũng có khả năng biết trật tự từ và sử dụng thích hợp.

Phép ẩn dụ và câu đố

Ngụ ý là kỹ năng ngôn ngữ đối chứng bắt đầu phát triển gần như rất nhanh ngay khi trẻ biết cách sử dụng ngôn ngữ đầy đủ. Tuy nhiên, có nhiều khía cạnh khác nhau trong nhận thức ngôn ngữ đối chứng. Nghiên cứu của Winner, Rosensteil và Gardner (1976) về việc trẻ em hiểu phép ẩn dụ trong lời nói ra sao và chứng minh kỹ năng ngôn ngữ đối chứng ngày càng tinh vi hơn khi trẻ lớn tuổi. Họ yêu cầu các em ở nhiều độ tuổi khác nhau giải thích phép ẩn dụ hình ảnh chẳng hạn như: 'My friend is a real tiger', có nghĩa gì và phát hiện sự khác biệt ở mỗi độ tuổi (Bảng 4.6).

Ross và Killey (1977) cho rằng quá trình đặt câu hỏi, suy nghĩ và cách biệt

Bảng 4.6 Nhận thức ngôn ngữ đối chứng ở trẻ

Phản ứng ở trẻ đối với câu ẩn dụ như 'my friend is a real tiger' (bạn tôi là con hổ thật)

5-6 tuổi	Trẻ có khuynh hướng hiểu câu theo nghĩa đen, thậm chí trở nên sợ hãi khi gặp con người này vì trẻ không muốn gặp một con hổ thật.
7-8 tuổi	Số trẻ này hiểu rằng câu phát biểu không thể là nghĩa đen, vì thế cố tìm hiểu ý nghĩa của câu theo cách khác. Trẻ thường sử dụng hình thức hình thành một số loại câu chuyện nào đó như "bạn tôi quen thân với hổ" hay "bạn tôi mặc áo sọc giống da hổ"
9 tuổi trở lên	Số trẻ này hiểu nhóm từ ám chỉ cách hành động hay tương tác đặc trưng, nhận thức rằng nhóm từ có nhiều nghĩa và hiểu rằng câu này có nghĩa là hổ và bạn phải có một số điểm chung.

Nguồn: Winner, Rosensteil và Gardner, 1976 xảy ra ở trường học là yếu tố cần thiết giúp trẻ phát triển nhận thức đối chứng. Họ cho rằng không được giáo dục chính thức, trẻ không phát triển được những kỹ năng ấy. Nhưng chứng cứ từ các xã hội không phải là công nghệ cho thấy việc sử dụng câu đố và trò chơi đố chữ tinh vi là một phần chuyên sâu trong quá trình giáo dục truyền thống. Không có nhận thức đối chứng, thì trò chơi như thế vô nghĩa. Vì thế mặc dù hợp lý khi cho rằng giáo dục trường học giúp phát biểu có hệ thống và phát triển một số loại hình kỹ năng nhận thức đối chứng nhưng không có vẻ nhận thức đối chứng hoàn toàn lệ thuộc vào giáo dục trường học chính thức như Ross và Killey ngụ ý.

Iona và Peter Opie (1959) nghiên cứu các loại trò chơi của trẻ ở sân trường. Hết trẻ này đến trẻ khác theo truyền thống đều tham gia trò chơi, không có sự dạy bảo trực tiếp của người lớn, vì thế tượng trưng cho một minh họa điển hình về "văn hóa trẻ em", đôi khi hình thành một truyền thống không thể phá vỡ kéo dài hàng trăm năm. Nhóm Opies đi khắp các hòn đảo Anh, yêu cầu trẻ cung cấp cho họ các ví dụ về trò chơi, vần điệu và câu đố, khi họ tập hợp các mẫu thì nhận thấy rằng phần lớn các trò chơi này đều có nhận thức ngôn ngữ đối chứng tinh vi, trên cơ sở vần điệu, chơi chữ hay sử dụng ngôn ngữ theo cách mơ hồ và lầm lạc có tính toán. Nhóm Opies lập luận rằng hình thức trò chơi bằng lời này giúp trẻ biết được nhiều cách khác nhau để sử dụng ngôn ngữ và giúp trẻ phát triển kỹ năng sử dụng ngôn ngữ.

ĐỌC

Khi đọc, chúng ta hiểu được ngôn ngữ thậm chí không có người khác xung quanh hay nói chuyện trực tiếp với mình. Quá trình hiểu ký hiệu hiển thị hay được in ra làm cho ngôn ngữ trở thành một kỹ năng quan trọng trong xã hội hiện đại, và người ta có nhiều nghiên cứu về sự đọc. Đọc và viết theo định nghĩa là những kỹ năng ngôn ngữ đối chứng. Không biết ngôn ngữ, chúng ta không thể biết cách sử dụng nó trong hình thức trừu tượng hay biểu tượng như chúng ta đang làm khi đọc hay viết.

Ngoài ra, kinh nghiệm ngôn ngữ đối chứng ban đầu có vẻ giúp có được ngôn ngữ. Bradley và Bryant (1983) mô tả nghiên cứu theo chiều dọc khảo sát vai trò kinh nghiệm ngôn ngữ ban đầu trong đọc và viết. Một chứng cứ lý thú là kinh nghiệm với thơ ca, lặp âm vô nghĩa và vần điệu cho trẻ nhỏ có vẻ ảnh hưởng trực tiếp đến tính hiệu quả của trẻ khi học đọc. Trẻ được nghe vần điệu trong những năm trước khi đến trường học đọc nhanh hơn trẻ không có kinh nghiệm như thế nhanh hơn rất nhiều.

Một giải thích có thể khác đối với điều này có thể là cách vần điệu khuyến khích trẻ tập trung sự chú ý vào ngôn ngữ. Bằng việc nghiên cứu các từ có nghĩa khác nhau nhưng phát âm giống nhau, trẻ tự đặt khoảng cách, tiến hành một bước trong việc tiếp thu ý nghĩa hay sử dụng ngôn ngữ. Vì thế trẻ có khả năng tìm hiểu tính chất ngôn ngữ mình đang sử dụng nhiều hơn. Có thể kỹ năng ngôn ngữ đối chứng ban đầu này là tập trung sự chú ý vào chính các từ chứ không phải vào ý nghĩa của chúng là cơ sở cho kỹ năng ngôn ngữ đối chứng phức tạp hơn có khả năng hiểu một từ ở dạng viết và giải mã nó ở dạng nói tương đương.

THUYẾT ĐỌC

Thuyết đọc do các nhà tâm lý học đề xuất thường phản ánh tiếp cận trong tâm lý học vào lúc chúng được đề xuất. Chẳng hạn, nghiên cứu ban đầu về đọc phần lớn xét đến sự liên tưởng giữa kích thích và phản ứng, theo truyền thống thuyết Hành vi kích thích – phản ứng và bao gồm phân tích đặc điểm kích thích (từ và chữ viết) để hiểu quá trình đọc.

Đọc như kích thích – phản ứng

Trong giai đoạn thuyết hành vi, nghiên cứu đọc tập trung vào từ viết xem đó là kích thích. Ngày nay, chúng ta chắc chắn tập trung vào yếu tố bối cảnh và nhận thức nhiều hơn. Nhưng cho dù **đặc điểm kích thích** không được xem là yếu tố quan trọng như trước đây nhưng vẫn còn một số ảnh hưởng nhất định. Nói chung, nhận biết từ ngữ có thể làm sống lại nhiều trở ngại, chẳng hạn như chữ viết xấu, viết chính tả sai hay thay thế chữ. Nhưng Rawlinson (1975) chứng minh một số loại bóp méo kích thích ảnh hưởng nghiêm trọng đến khả năng nhận biết từ của chúng ta. Chẳng hạn: sự bóp méo như 'sivler' thay vì silver, nếu được phát hiện trong bối cảnh có thể dễ dược bỏ qua, nhưng sự bóp méo như 'recahed' thay vì 'reached' chắc chắn tạo ra khó khăn. Rawlinson cũng phát hiện rằng trong một đoạn có nhiều sự bóp méo thì việc đọc bị phá vỡ nhiều hơn.

Nói chung, mặc dù sự bóp méo không đáng kể đối với kích thích có vẻ có ít hay không có tác dụng đến việc đọc. Một vấn đề quan trọng mà người đọc bản thảo đối mặt là cách chúng ta đọc để hiểu nghĩa và không để ý đến những sự bóp méo không đáng kể đối với kích thích. Vì thế khi đọc bản thảo, người đọc dễ bị chệch hướng từ kiểm tra nội dung thành việc đọc tìm hiểu nghĩa, và điều này làm cho dễ dãi bỏ qua lỗi khi đánh máy. Nhiều người đọc bản thảo phát triển chiến lược giúp họ tránh rơi vào việc đọc "bình thường", như đọc nội dung ngược, nhưng khuynh hướng đọc tự động rất thịnh hành.

Hiệu ứng nổi tiếng trong tâm lý học nhận thức còn gọi là **hiệu ứng Stroop**, phát xuất từ khuynh hướng đọc để biết nghĩa: nếu người ta được cho xem tên màu sắc viết bằng loại mực có màu không thích hợp thì họ không còn gọi tên màu mực nữa nếu được cho xem từ có màu mực thích hợp. Khuynh hướng đọc tìm nghĩa thịnh hành và tự động nhiều đến mức hầu như nói về cách viết từ thay vì gọi tên màu mực (Stroop, 1935). Chúng ta xét hiện tượng này chi tiết hơn trong chương sau.

Đọc như sự chuyển đổi

Sự phát triển ngôn ngữ học trong thập niên 1960 đưa ra sự nhấn mạnh khác đối với thuyết đọc, trong đó việc đọc chủ yếu được xem là một quá trình **chuyển đổi** từ từ ngữ viết sang từ ngữ nói. Có hai biến thể chính trong tiếp cận này: chẳng hạn, trong Levin và Williams (1970), Levin cho rằng việc đọc diễn ra khi từ viết được chuyển đổi thành từ "nghe" tương đương và được xử lý theo cách giống như nghe lời nói. Tiếp cận thay thế do Hochberg (1970) đề xuất, ông xem việc đọc như quá trình chuyển đổi từ từ viết thành lời nói "nội tâm" mà con người sử dụng khi suy nghĩ (Vygotsky, 1962).

Mặc dù những tiếp cận này đôi khi thường được áp dụng để tìm hiểu trẻ lúc đầu học đọc như thế nào, nhưng thực ra không giải thích điều gì đã xảy ra ở người đọc có kỹ năng, kinh nghiệm hay người đọc tốc độ. Vấn đề chính trong quan niệm "đọc như sự chuyển đổi" là con người đọc nhanh đến mức nào. Một người đọc tốc độ có thể tiếp thu thông tin ở mức độ 1000 từ mỗi phút, không đánh mất sự lĩnh hội, và người đọc cần kỹ năng bình thường tiếp thu thông tin còn nhanh hơn hệ thống nghe nhìn xử lý từ nói. Đọc cần kỹ năng trong nhiều khía cạnh hoàn toàn khác nhau từ việc giải mã ngôn ngữ nghe, và nói chung quá trình không giống hệt nhau cho dù chúng có vẻ giống nhau về mặt chủ quan.

Đọc như sự tìm kiếm có chọn lọc

Nhiều thuyết đọc hiện đại xem đây là **sự tìm kiếm có chọn lọc** đối với thông tin. Người đọc mang nhiều hiểu biết hiện có từ trước vào trong tài liệu và sử dụng hiểu biết này để định hướng và tổ chức tìm kiếm. Kennedy (1984) phân loại hiểu biết trước đây thành quy ước năng lực và bối cảnh. **Quy ước** là những nguyên tắc được chấp nhận trong sử dụng ngôn ngữ như ngữ pháp, cú pháp hay sử dụng phép ẩn dụ và so sánh. **Năng lực** là hiểu biết vấn đề mà người đọc đang có – chúng ta luôn biết một điều gì đó về vấn đề mình đang đọc, thậm chí hiểu biết ấy không nhiều, và đôi khi chúng ta còn biết nhiều hơn mức mình nhận thấy. **Bối cảnh** bao gồm mục đích chung của việc đọc, như đọc để tìm thú vui hay để làm tiểu luận hay thi cử hay chỉ vì quan tâm, bối cảnh cũng được hình thành bằng vấn đề đang đọc: nội dung trước đây trực tiếp góp phần vào hiểu biết sau này.

Có vẻ chúng ta cần duy trì một tốc độ tối thiểu nhất định để đọc cho lưu loát: nếu chúng ta phải đọc từng từ một để hiểu một đoạn văn khó, thì nhận thấy tài liệu khó hiểu hơn. Xem việc đọc như một quá trình tìm kiếm ngụ ý rằng chúng ta đọc nhanh và hiệu quả đến mức nào sẽ chịu ảnh hưởng bởi tính chắc chắn hay không chắc chắn về những gì tiếp nối. Một nội dung hay phong cách quen thuộc làm giảm dần tốc độ đọc và mức độ không chắc chắn cao cũng làm mất sự đọc trôi chảy. Duy trì sự lưu loát là yếu tố cực kỳ quan trọng đối với người đọc cần kỹ năng – nếu không thể phục hồi thì người đọc cần kỹ năng thường mất sự quan tâm và ngưng đọc. Một số nhà tâm lý học nghĩ rằng nhu cầu duy trì một tốc độ đọc nhất định để duy trì sự lưu loát là do sự giảm sút nhanh chóng thông tin trước đây trong lưu trữ trí nhớ làm việc (xem Chương 3).

NGƯỜI ĐỌC TRÔI CHẢY VÀ MỚI BẮT ĐẦU

Kế hoạch dạy cho trẻ biết đọc có khuyến khích hoạt động trên cơ sở nhiều giả định về các bước tiến hành trong việc đọc và có thể tiến hành dễ hơn ra sao. Một khía cạnh quan trọng trong việc phát triển những kế hoạch như thế là nhu cầu nhận dạng điều gì khác biệt giữa người đọc trôi chảy và mới bắt đầu: để dạy một kỹ năng thật hiệu quả, trước hết chúng ta cần biết mục tiêu giảng dạy của mình là gì.

Đánh vần

Mô hình ngôn ngữ học của việc đọc như quá trình chuyển đổi thành lời nói dẫn đến nhiều nỗ lực giúp đỡ người học cách đọc bằng cách nhấn mạnh đến sự tương đương giữa hình thức ngôn ngữ nói và viết – giữa **tự vị**, đơn vị cơ bản của ngôn ngữ viết, và **âm vị**, đơn vị cơ bản của ngôn ngữ nói. Vì thế phải phát triển kế hoạch đọc đặc biệt dành cho trẻ chẳng hạn như kế hoạch i.t.a. (chữ cái dạy đầu tiên), được nhiều trường học ở Anh thông qua vào cuối thập niên 1960 và đầu thập niên 1970. Trong hệ thống này, mỗi âm vị đều có tự vị tương đương sao cho sách học đọc ban đầu i.t.a. giúp trẻ biết cách phát âm khi nhìn thấy từ. Người ta nghĩ cách này làm cho việc học đọc dễ hơn, khi giảm bớt đánh vần đặc biệt và bất qui tắc.

Tuy nhiên, dần dần điều dễ thấy khi việc đọc không chỉ là sự tương đương tự vị/ âm vị đơn giản. Khi đọc từ chúng ta nhìn thấy chuyển tải hình ảnh và liên tưởng, đánh vần có thể hữu ích trong việc giúp chúng ta nắm bắt ngôn ngữ như một tổng thể. Kennedy (1984) chứng minh 'sự giản dị hóa' hiển nhiên chẳng hạn như bỏ b câm trong từ 'climb' thực ra làm cho trẻ khó khăn hơn trong việc hiểu mối quan hệ giữa từ này với động từ 'to clamber'. Cũng có các ví dụ khác, như 'sign' và 'signal', hay 'limb' và 'limber'.

Đánh vần trong tiếng Anh không phải gần như là ngẫu nhiên như nhiều người thường nghĩ. Sự tương tự ở vẻ ngoài của từ thường cung cấp gợi ý hữu ích để biết nghĩa của chúng, và **trình bày từ vựng học ngôn ngữ** (quy ước của ngôn ngữ về cách đánh vần và phối hợp từ) có thể rất hữu ích trong việc phát triển kỹ năng đọc. Người đọc thành thạo sẽ tận dụng hết những gợi ý này, đến mức độ họ có được ấn tượng về nghĩa của một từ không quen thuộc trên cơ sở khía cạnh từ vựng học. Chứ không phải đơn thuần là sự bất tiện, nhà ngữ học Noam Chomsky năm 1970 phát biểu rằng trình bày từ vựng học của tiếng Anh viết, mô tả "một hệ thống trình bày ngôn ngữ nói gần như tối ưu" (Chomsky, 1970) – và cách đánh vần đặc biệt là một bộ phận tương quan trong hệ thống này.

Âm học và ý nghĩa

Đọc là một kinh nghiệm khác đối với người học, cũng như đối với những người đọc trôi chảy trong các lĩnh vực khác. Đối với người đọc có kỹ năng, sự tương đương về âm thật ra không cần thiết: chúng ta có thể quen thuộc với một từ trong hình thức viết của từ ấy, nhưng không biết cách phát âm. Người đọc có kỹ năng có vẻ phát triển một sự liên kết trực tiếp giữa từ và nghĩa, bỏ qua nhu cầu hình dung từ nói. Đây là mục tiêu sau cùng đối với người học, nhưng có nhiều khó khăn hơn – nhất là khi một số phương pháp giảng dạy đưa ra những vấn đề khác.

Quá trình giảng dạy trẻ biết đọc thường bao gồm một giai đoạn trung gian, trong đó trẻ được cho rằng phải đọc lớn tiếng các từ. Smith (1973) lập luận rằng giảng dạy **âm học** – sự tương ứng giữa âm và chữ – thực ra không giúp ích trong việc dạy cách đọc vì có nghĩa là trẻ phải đối mặt với hai nhiệm vụ học tập chứ không phải là một. Đối với trẻ sẽ hiệu quả hơn và ít khó khăn hơn nếu được dạy cách nhận biết và hiểu từ ở hình thức viết trực tiếp. Điều này cũng giảm bớt khoảng cách giữa bắt đầu đọc và đọc trôi chảy. Nhưng các nhà nghiên cứu khác cho rằng không thực tế khi nghĩ một học viên có thể chấp nhận chiến lược thành thạo ngay từ đầu vì giữa người đọc trôi chảy và mới bắt đầu có nhiều sự khác biệt.

Gợi ý thị giác

Khó khăn khác trong số này là người đọc trôi chảy sử dụng rất ít **gợi ý thị giác.** Họ có thể nhận dạng phần lớn nội dung rất nhanh vì kinh nghiệm trước đây của họ giúp họ nhận biết từ chỉ bằng cách thoáng nhìn qua hình dạng hay bằng cách phỏng đoán từ bối cảnh. Nhưng học viên không có kinh nghiệm như vậy, vì thế phải tìm hiểu từng chữ. Khi họ học đọc, từ thường xuất hiện trở nên quen thuộc hơn, ít chú ý hơn, cho đến khi người đọc dần dần đạt được khả năng mới thoáng nhìn đã nhận biết từ, ngữ hay cả câu.

Đặc điểm đáng chú ý của việc đọc là bằng cách nào người đọc lưu ý đến những khác biệt rất nhỏ, hầu như không đáng kể giữa các kích thích. Nhưng người đọc cũng cần bỏ qua những khác biệt hoàn toàn quan trọng, chẳng hạn như hình dáng hay kích thước khác nhau của chữ viết. Khi quan sát sự vật hàng ngày chúng ta thường để ý những khác biệt lớn tương đối dễ: sự khác biệt giữa hai kích thích của một cái bàn và ghế rất dễ nhận thấy. Nhưng sự khác biệt giữa hai từ có nghĩa hoàn toàn khác nhau có thể khó nhận thấy: sự khác nhau giữa 'ham' và 'hem' chỉ là một thay đổi nhỏ về chữ nhưng tạo sự khác biệt về nghĩa. Ở mức độ nghĩa tinh vi hơn, thay đổi kích thích rất nhỏ có thể tạo ra sự khác biệt ngữ nghĩa rất lớn, như sự khác nhau giữa "tác động" đến một điều gì đó (nghĩa là ảnh hưởng đến điều đó) và "thực hiện" điều gì đó (nghĩa là làm cho điều ấy xảy ra).

Miles và Miles (1975) cho rằng một nguồn khó khăn trong việc đọc có thể phát sinh vì một số trẻ gặp vấn đề khi nhận dạng những đặc điểm chung của từ đến mức chúng nhầm lẫn giữa chữ viết tay hay kiểu chữ khác nhau, và xem điều này còn quan trọng hơn nghĩa của đoạn văn. Điều này cũng cản trở quá trình quen thuộc hóa, vì người đọc không nhận biết được từ ở kiểu chữ khác trong khi nhận biết ở kiểu chữ này. Chúng ta sẽ nghiên cứu việc khó đọc vào cuối chương này.

Tầm mắt di chuyển và quét

Một khác biệt nữa giữa người đọc trôi chảy và mới bắt đầu liên quan đến chớp mắt và quét. Trong khi đọc, sắp xếp không gian là yếu tố cần thiết để phân biệt thông tin. Trật tự chữ cũng như từ chuyển tải ý nghĩa: chẳng hạn sự khác nhau giữa 'saw' và 'was' chỉ là chuỗi sắp xếp các chữ nhưng tạo ra sự khác biệt về nghĩa. Tương tự, 'Mary wrote about John' có nghĩa gì đó hoàn toàn khác với 'John wrote about Mary'. Vì thế để đọc trôi chảy, người đọc phải luôn nhớ sắp xếp không gian tài liệu cũng như từ cụ thể liên quan và đọc trôi chảy bao gồm việc nhìn quét tài liệu theo cách tiếp thu thông tin.

Người đọc trôi chảy thường có khuynh hướng quét tài liệu rất nhanh, tầm mắt di chuyển rộng và đôi khi lướt qua các từ hay ngữ quen thuộc. Đôi khi họ xem lại nhiều phần tài liệu thật nhanh thường là do nhu cầu ngữ nghĩa xem lại nhiều nội dung mơ hồ hay khó hiểu. Nhưng học viên thường có khuynh hướng kiểm tra lại tài liệu thường xuyên hơn người đọc có kinh nghiệm có lẽ vì từ hoặc phối hợp các từ đều khá xa lạ đối với họ. Khi học viên thành thạo hơn, họ thường có tầm mắt di chuyển rộng hơn, lướt nhanh hơn từ từ này sang từ khác.

HIỂU ĐƠN VỊ CÓ NGHĨA

Trong khi đọc chúng ta trích lấy thông tin thường vượt quá những gì xuất hiện trên trang giấy. Kennedy (1984) nhận dạng **phép ẩn dụ** như một minh họa. Nếu chúng ta đọc câu chẳng hạn như 'Her reply staggered him', thì chúng ta hiểu đó là mô tả theo nghĩa đen nhưng là một lời mời "cùng chia sẻ" cảm nghĩ mà người ấy đang có. Để hiểu phép ẩn dụ, chúng ta cần suy luận nghĩa chứ không phải chỉ tiếp nhận nó. Nếu phép ẩn dụ không thích hợp thì chúng ta không nhất thiết phải suy luận – một câu trần thuật như 'Her reply walked him' không tạo ra phản ứng (ngoại trừ làm rối trí) ở người đọc.

Chữ viết

Schank (1975) cho rằng quá trình hiểu bài đọc thực ra là hiểu **chữ viết**. Mọi người đều có nhiều kinh nghiệm về tình huống và sự kiện, cung cấp cho họ ý tưởng về những gì chắc chắn diễn ra trong một tình huống đã cho. Một câu như 'As Jane was going to work, her bus was held up' gợi ra một "chữ viết" vô thức ở chúng ta – rằng Jane phải đi xe buýt để đến chỗ làm, rằng xe buýt phải chạy đúng giờ cụ thể, v.v.... Những chữ viết này cung cấp cho chúng ta hiểu biết về sự kiện có thể xảy ra trong sinh hoạt của riêng mình cũng như trong thế giới quanh ta. Chúng ta sử dụng chúng để đề cập sinh hoạt hàng ngày và lúc nào cũng sử dụng chúng trong việc đọc. Bằng cách dựa vào những chữ viết hình thành lâu đời, tác giả giúp chúng ta suy luận về điều gì đang diễn ra và tránh nhầm lẫn bởi những lỗ hổng trong tường thuật.

Pichert và Anderson (1977) chứng minh chữ viết tác động mạnh đến việc tìm hiểu chúng ta đang đọc điều gì. Họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu đọc một đoạn văn xuôi kể chuyện một cậu bé dẫn bạn về nhà bố mẹ mình. Họ yêu cầu một nhóm đọc câu chuyện như thể họ là người mua nhà trong khi yêu cầu nhóm khác chọn quan điểm của kẻ trộm. Về sau này khi hai nhóm được hỏi về đoạn văn, thì cả hai nhớ các loại thông tin khác nhau. "Nhóm mua nhà" nhớ các mục thông tin như nhà có tầng hầm ẩm thấp trong khi "nhóm kẻ trộm" nhớ những chi tiết như cửa hông thường không khóa.

Thật lý thú sau này Pichert và Anderson yêu cầu những người tham gia nghiên cứu ấy nhớ lại đoạn văn từ quan điểm khác. Lúc này "nhóm mua nhà" phải tưởng tượng mình là "nhóm kẻ trộm" và ngược lại. Người tham gia nghiên cứu lại nhớ thông tin liên quan đến vai trò hiện có – cho dù họ không phải đọc lại đoạn văn. Thông tin mới trở nên nổi bật vì họ nhớ bài đọc theo mục đích khác. Thật tình cờ, nghiên cứu này giúp chúng ta hiểu được tại sao đối với học sinh "tự khuyến khích mình" bằng cách đọc câu hỏi kiểm tra trước khi đọc phần chú thích ôn tập, cũng như giúp làm thông tin nổi bật, vì thế dễ nhớ hơn.

Khái niệm chữ viết cũng nêu bật cách xử lý thông tin chủ động của chúng ta. Bất cứ khi nào đọc, chúng ta cũng đều sử dụng hiểu biết hiện có để lấp lỗ hổng và suy luận nghĩa. Thực ra, rất khó khi viết về một điều gì đó theo cách mà người đọc không suy luận được. Lý do tại sao văn bản pháp lý quá dài và quanh co là vì người viết cố tránh việc dựa vào hiểu biết mặc nhiên ở phần người đọc, nhưng họ chỉ thành công phần nào.

Tầm quan trọng của sự hiểu biết

Kennedy (1984) nhấn mạnh tầm quan trọng của việc công nhận rằng hiểu biết là mục tiêu sau cùng của việc đọc. Mặc dù điều này có vẻ hiển nhiên nhưng đối với một số người chỉ học đọc không hẳn như thế. Chẳng hạn nhiều trẻ nghĩ rằng học đọc là học tất cả về các âm của từ hay hình dạng của chữ, và không nhận ra mục đích chính của việc đọc. Để một người học đọc trôi chảy, họ cần biết rằng, sau cùng họ có khả năng hiểu biết. Hiểu biết cũng giúp thúc đẩy trẻ sao cho chúng luôn nỗ lực vượt qua những gì có vẻ là khó hay mơ hồ trong tài liệu.

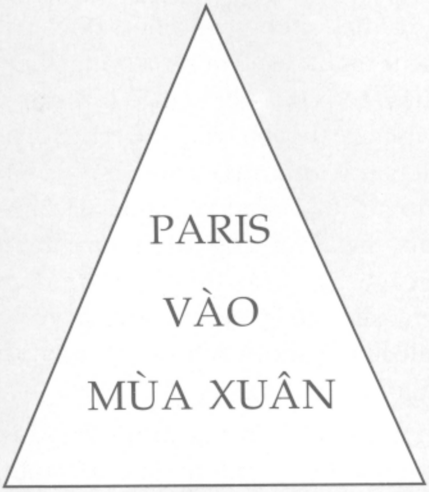
Một số người không nhận ra mục đích của việc đọc sẽ không cố gắng phát triển những gì có vẻ giống như là một kỹ năng vô nghĩa. Và trong khi đọc, sự thận trọng là yếu tố cần thiết: các giai đoạn đầu cực kỳ khó khăn, chỉ dễ hơn khi sự trôi chảy bắt đầu phát triển – điều chỉ có được bằng thực tập. Một trẻ có thể nhận thấy kết quả rất đáng giá chắc chắn sẽ dành nỗ lực cần thiết để vượt qua giai đoạn ban đầu. Nhưng trẻ không thể nhận biết mục đích của việc đọc chắc chắn sẽ bỏ cuộc và chỉ học khi bị ép buộc. Có thể bằng việc đọc cơ bản ở trường học, nhưng sẽ tránh việc đọc thêm tài liệu bổ sung, điều này khiến trẻ rơi vào tình trạng mù chữ chức năng.

Mong đợi và hiểu biết được ngụ ý trong việc đọc. Trong khía cạnh này, đọc giống như các quá trình nhận thức khác: như chúng ta đã biết trong Chương 2, Neisser (1976) chứng minh cách hiểu tình huống của chúng ta sẽ tạo ra giản đồ dự đoán, ảnh hưởng đến việc chúng ta chọn lọc điều gì là thích hợp trong khối lượng thông tin chúng ta đang đối mặt. Đọc cũng là một quá trình chủ động, cá nhân chọn lọc thông tin thích hợp từ tài liệu bằng cách áp dụng hiểu biết hiện có về thế giới và dự đoán về những gì chắc chắn diễn ra trong thế giới. Bằng cách này, mục đích của việc đọc và hiểu biết trước đây áp dụng vào tài liệu sẽ ảnh hưởng đến nội dung chúng ta hiểu và lưu giữ.

Nhận biết từ và sự tự động hóa

Smith (1973) thậm chí còn đi xa hơn nữa khi cho rằng kỹ năng nhận biết từ không quan trọng trong quá trình đọc. Tính mong đợi vào bối cảnh theo Smith giải thích phần lớn cách chúng ta đọc mà biến thể được tạo ra bởi đặc điểm kích thích hay các đặc điểm khác của việc đọc về cơ bản là vụn vặt và không quan trọng. Chắc chắn có nhiều trường hợp khi chúng ta đọc một vấn đề gì đó khác với tài liệu trước mặt chúng ta - hay chúng ta không đọc được một vấn đề nào đó, như không chú ý đến từ đặc biệt trong Hình 4.3, nhưng lập luận của Smith có vẻ hơi quá đáng và có thể được hiểu tốt nhất như phản ứng trước sự nhấn mạnh thái quá vào đặc điểm kích thích trong các lý thuyết ban đầu, khiến Smith nhấn mạnh vấn đề quả quyết như thế.

Hình 4.3 Sự tự động hóa (Paris vào xuân)



Dù sao, quá trình kích hoạt chữ viết và hiểu biết bối cảnh có nghĩa là người đọc trôi chảy thường không nhận biết những phần quan trọng trong một kích thích ở hình thức viết. Minh họa nổi tiếng về việc đếm số chữ F trong Hình 4.4. Mặc dù có 6 nhưng người đọc trôi chảy chỉ đếm có ba – cho dù biết rằng thực tế có nhiều hơn. Nhưng thú vị thay, người đọc mới bắt đầu không gặp vấn đề này: họ đếm được 6 chữ F thật dễ dàng.

Có hai yếu tố phối hợp. Một là người đọc trôi chảy với tính mong đợi và bối cảnh theo Smith lập luận có khuynh hướng đọc những gì họ nghĩ mình sẽ đọc. Yếu tố khác là vì người đọc trôi chảy đã gặp những từ quen thuộc quá thường xuyên đến mức kỹ năng nhận biết các từ ấy trở thành **tự động hóa** – hoàn toàn tự động. Vì thế thực ra họ không nhìn những từ ấy – họ chỉ nhìn lướt qua nhận dạng từ qua hình dạng. Do đó, họ không để ý đến các chữ trong từ. Trái lại, người đọc mới bắt đầu, phải nhìn, để ý tất cả vì họ không chắc việc mình đang làm. Do đó, họ không gặp khó khăn khi đếm số chữ F.

Hình 4.4 Yếu tố F

Bạn đếm được bao nhiêu chữ "F" trong câu này?

FINISHED FILES ARE
THE RESULT OF YEARS
OF SCIENTIFIC STUDY
COMBINED WITH THE
EXPERIENCE OF YEARS

Tầm quan trọng của việc học đọc

Học đọc là một phần quan trọng trong kinh nghiệm giáo dục – không chỉ vì quy ước hay tính thuận tiện. Học đọc trực tiếp khuyến khích phát triển nhận thức, mở ra những lĩnh vực hiểu biết và ý nghĩa mới, củng cố cách chúng ta sử dụng trình bày biểu tượng. Ngoài ra, Donaldson (1978) cho rằng học đọc giúp trẻ phát triển **suy nghĩ không liên quan** (suy nghĩ không lệ thuộc vào bối cảnh trực tiếp). Vì từ viết mang tính thường trực tương đối và độc lập với môi trường trực tiếp của trẻ nên giúp trẻ tập trung nhiều hơn vào ngôn ngữ, và điều này làm cho trẻ dễ xử lý lập luận logic trừu tượng, theo giả thiết hơn.

Olson (1977) nghiên cứu rằng sự biết chữ là đặc biệt vì trực tiếp khuyến khích trẻ sử dụng **trí tưởng tượng** – nhất là trong lúc viết cũng như lúc đọc. Nhất là một số thể loại khoa học viễn tưởng, đọc khuyến khích sự phát triển trí tưởng tượng và khuyến khích cá nhân đầu tư suy nghĩ vào khả năng có thể và khả năng thực tế. Ngoài ra, thông qua việc biết chữ chúng ta có thể đi từ sự kiện cụ thể, đặc trưng quanh mình để đến với lập luận logic và suy nghĩ trừu tượng không giải quyết những gì đang diễn ra nhưng cũng có thể diễn ra trong nhận thức nếu sự việc khác nhau. Mặc dù có thể suy nghĩ giống thế này nhưng không có sự biết chữ thì quá trình đọc và viết cũng giúp khả năng ấy phát triển.

RỐI LOẠN ĐỌC

Vì đọc được xem là quan trọng như thế trong xã hội của chúng ta, nên nhiều nghiên cứu tập trung vào **rối loạn đọc.** Khó khăn trong việc học đọc có thể phát sinh từ các yếu tố khác ngoài sự rối loạn đọc. Conrad (1977) cho rằng trẻ bị điếc hiếm khi nào đọc tốt, và đề nghị phải có phương pháp dạy trẻ học đọc, buộc trẻ phải đọc lớn tiếng các từ. Như chúng ta đã thấy, điều này là vấn đề mà người đọc trôi chảy không làm nhưng thường được cho là cần thiết đối với học viên. Vì trẻ bị điếc thường gặp khó khăn trong việc hiểu từ ở hình thức nói, điều này cản trở việc học tạo ra sự khiếm khuyết đọc ngày càng tăng khi trẻ lớn tuổi. Nghiên cứu gần đây về cách dạy trẻ bị điếc trong nhiều cách khác nhau có vẻ ủng hộ lập luận này.

Trong một số trường hợp, khó khăn trong việc học đọc có thể từ **sự tước đoạt lời nói.** Mặc dù như chúng ta đã chứng kiến, Labov (1972) không thừa nhận quan điểm tước đoạt lời nói của toàn bộ các nhóm hay giai cấp trong xã hội, một số trẻ bị tước đoạt ngôn ngữ nghiêm trọng về sau này khiến trẻ khó khăn hơn khi học đọc. Chẳng hạn như trường hợp của Genie, không hề có sự tiếp xúc bằng lời nói cho đến khi em 13 tuổi (Curtiss, 1977) hay trẻ song sinh bị tước đoạt nghiêm trọng theo nghiên cứu của Koluchova năm 1976 a, b (xem Chương 20).

Trường hợp rối loạn đọc phổ biến hơn phát sinh từ trẻ lớn lên trong các gia đình không có ai biết đọc. Vì trẻ thường bắt chước các mẫu hành vi của thành viên trong nhà, nhưng trẻ hiểu được thông tin mặc nhiên cho rằng đọc là một hoạt động "ở trường học" chứ không liên quan đến gia đình. Nếu cũng có mâu thuẫn giá trị giữa gia đình và trường học thì trẻ có thể xem học tập ở trường học là vớ vẩn, không liên quan. Số trẻ như thế thường ít cố gắng học đọc, nhận thấy ít hay không có mục đích trong việc học đọc, và học cách che giấu việc mình không biết đọc với thầy cô. Hầu hết người lớn sau cùng tham gia kế hoạch xóa mù chữ ở người lớn đều trải qua quá trình này. Thầy cô tin vào sự tước đoạt văn hóa và bằng lời nói đôi lúc làm cho điều này tệ thêm bằng cách gán cho trẻ "bị tước đoạt lời nói" và xem cố gắng của trẻ là vô ích vì họ nghĩ bằng mọi cách số trẻ này không học được.

Gunter (1983) chứng minh trẻ khi xem chương trình truyền hình bạo lực, nặng nề cũng trực tiếp ảnh hưởng đến cách học đọc của trẻ. Một lý do giải thích cho điều này có vẻ là truyền hình cung cấp phần thưởng "trước mắt" trẻ không cần cố gắng tìm hiểu điều gì đang chiếu trên truyền hình, và kích thích rất phong phú, đa dạng. Mặt khác, học đọc là một quá trình buồn tẻ, chậm chạp đòi hỏi nhiều cố gắng nhưng chỉ nhận phần thưởng quá ít ở giai đoạn đầu. Nếu trẻ không nghĩ rằng nỗ lực là đáng giá (chẳng hạn nếu trẻ xem truyền hình như một hình thức giải trí/ giáo dục tương đương trực tiếp thì ít có khả năng duy trì nỗ lực cần thiết để vượt qua giai đoạn học đọc ban đầu và quá trình trở nên thành thạo.

Con người rất khác nhau về thời gian đạt được kỹ năng đọc. Bất chấp khuynh hướng các bậc phụ huynh lo ngại về trẻ có vẻ học chậm hơn bạn bè, nhưng nói chung, một khi trẻ bắt đầu học thì sẽ hình thành bù đắp cho những gì đã mất. Nhiều trẻ được phụ huynh xem là đọc chậm và có thể bị rối loạn đọc thực ra cũng không khác mấy so với trẻ thông thường.

Loạn đọc

Rối loạn đọc được gọi bằng một từ chung **loạn đọc.** Có hai loại loạn đọc chính. **Loạn đọc mắc phải,** phát sinh như một kết quả trực tiếp từ bệnh não hay tai nạn, và loạn đọc phát triển, dễ thấy hơn trong thời gian trẻ đang học đọc. Mặc dù hầu hết nghiên cứu đều tập trung vào **loạn đọc phát triển**, thì nghiên cứu loạn đọc mắc phải cũng tạo ra một số hiểu biết lý thú.

Loạn đọc mắc phải

Những người thể hiện chứng rối loạn đọc do bị chấn thương não đều được gọi là loạn đọc mắc phải. Marshall và Newcombe (1973) mô tả một loạt triệu chứng đặc trưng, bệnh nhân gặp vấn đề trong việc đọc các từ bất qui tắc (từ viết chính tả đặc biệt) và có khuynh hướng nhầm lẫn từ có âm thanh giống nhau, chẳng hạn như 'saw' và 'sore'. Ngoài ra, những bệnh nhân này thường chấp nhận chiến lược đánh vần, viết chính tả theo cách họ phát âm, chẳng hạn viết 'lurn' thay cho 'learn'. Marshall và Newcombe gọi hiện tượng này là **loạn đọc bề mặt.** Trong rối loạn này, vấn đề phát sinh chủ yếu bằng hình thức của từ chứ không hiểu chúng.

Một loại loạn đọc khác, **loạn đọc sâu,** do Shallice và Warrington (1980) mô tả. Trong loạn đọc sâu, sự lĩnh hội ở cá nhân bị ảnh hưởng, đến mức họ thấy đọc danh từ và tính từ dễ hơn là đọc những từ khó hơn như động từ hay từ chức năng. Điều này có vẻ liên quan đến việc dễ hình thành một hình ảnh suy nghĩ về một từ cụ thể – những từ như "và" rất khó hình dung trong khi danh từ dễ hình dung hơn nhiều. Khi người bị hình thức loạn đọc này được giao công việc xử lý nhiều danh từ khác nhau thì họ nhận thấy danh từ dễ hình dung, dễ quản lý hơn các từ trừu tượng khác. Người bị loạn đọc sâu cũng thường gặp khó khăn khi đọc những từ vô nghĩa, thậm chí những từ dễ phát âm như "framble", nhưng đối với người bị loạn đọc bề mặt thì điều này không khó.

Loạn đọc phát triển

Năm 1970, Critchley định nghĩa loạn đọc phát triển là "một rối loạn ở trẻ, bất kể kinh nghiệm lớp học quy ước, không đạt đến kỹ năng đọc, viết và đánh vần trong ngôn ngữ tương xứng với khả năng trí tuệ". Smith *và người khác* (1983) cho rằng một số loạn đọc phát triển là rối loạn di truyền. Qua phân tích 9 gia đình, Smith *và người khác* đặt giả thuyết rằng rối loạn được mang ở gien chi phối nằm ở nhiễm sắc thể 15, một nhiễm sắc thể được biết có liên quan đến sự phát triển các vùng ngôn ngữ nằm ở bán cầu não trái.

Tuy nhiên, các nhà tâm lý học khác chỉ trích hình thức nghiên cứu này trên cơ sở lập luận về ảnh hưởng di truyền cụ thể chỉ được suy luận chứ không được đánh giá trực tiếp. Dĩ nhiên một đặc điểm lưu truyền trong các gia đình không hẳn là gien vì gia đình cũng tạo ra môi trường trong đó trẻ có được giá trị, động cơ thúc đẩy và thứ tự ưu tiên. Như chúng ta chứng kiến, vai trò mẫu, sử dụng truyền hình và liệu trẻ có xem việc đọc là đáng giá hay không tất cả đều ảnh hưởng đến việc trẻ có muốn học đọc hay không.

Khác nhau giữa các hình thức loạn đọc

Có nhiều tranh luận đáng kể về vấn đề liệu loạn đọc phát triển và loạn đọc mắc phải có cùng nguồn gốc hay không. Coltheart *và người khác* (1983) cho rằng cả hai loạn đọc bề mặt và loạn đọc sâu có thể nhận dạng trong loạn đọc phát triển. Họ xem điều này làm chứng cứ cho lý thuyết – bệnh nhân loạn đọc phát triển bị tổn thương hay không phát triển ở vùng ngôn ngữ trong não, giống với tổn thương trong đời sống sau này do tai nạn hay bị loạn đọc mắc phải. Nhưng quan điểm này bị Baddeley *và người khác* (1982) bác bỏ. Họ nghiên cứu trẻ bị loạn đọc sâu, và so sánh chứng cứ với trẻ bị loạn đọc mắc phải. Họ đi đến kết luận rằng mặc dù có vẻ có những điểm tương đồng nhưng loạn đọc phát triển và mắc phải khác biệt đến mức biện minh cho quan điểm chúng có nguồn gốc hoàn toàn khác nhau của họ là có cơ sở.

Một nghiên cứu mà họ xét đến bao gồm việc so sánh cả hai loại bệnh nhân loạn đọc với trẻ "bình thường", trong công việc chọn lấy từ có thực trong số những từ vô nghĩa nhưng phát âm được. Có hai loại từ vô nghĩa: một số không có sự kết hợp với một từ có thực bất kỳ, chẳng hạn như 'trenkle', nhưng số khác là **từ đồng âm** với từ có thực – phát âm giống nhau, như 'frute'. Tất cả trẻ đều nhận thấy khó phân biệt giữa từ có thực với từ vô nghĩa đồng âm, nhưng người lớn – bệnh nhân *loạn đọc mắc phải* – không phân biệt được giữa từ đồng âm và từ vô nghĩa thông thường. Mặc dù trẻ loạn đọc giống với trẻ đọc bình thường ở dải độ tuổi nhỏ hơn. Baddeley *và người khác* cho rằng chứng cứ này ngụ ý rằng bệnh nhân *loạn đọc phát triển* và *mắc phải* đều có nguồn gốc khác nhau.

Xử lý thông tin hình ảnh

Nghiên cứu khác về trẻ bị loạn đọc xét đến cách trẻ xử lý thông tin nhận thức. Vellutino (1979) chứng minh có sự khác biệt đáng kể giữa bệnh nhân loạn đọc và trẻ đọc bình thường trong công việc kết hợp hình ảnh. Khi vấn đề kết hợp hai hình dạng khác nhau, không có sự khác nhau, nhưng khi công việc bao gồm sự kết hợp một hình thức hình ảnh và lời nói, thì rõ ràng trẻ loạn đọc chậm hơn trẻ bình thường rất nhiều. Nếu học đọc bao gồm việc giải quyết cùng lúc thông tin thị giác và thính giác, như trong hầu hết các phương pháp giảng dạy, thì có thể một số loại loạn đọc phát xuất từ rối loạn trong xử lý thông tin như thế.

Farnham-Diggory (1978) chứng minh rằng trẻ loạn đọc phải mất thời gian lâu hơn trẻ bình thường mới phân biệt được hai hình thức thị giác được trình bày thật nhanh hết hình ảnh này đến hình ảnh khác. Nếu chúng ta được xem hai hình dạng nhanh đến mức dễ có khuynh hướng "xem chúng là một" – chẳng hạn một đường chéo tiếp theo sau một hình vuông có thể xem là một hình: hình vuông có đường chéo bên trong. Đối với trẻ bình thường, ngưỡng nhìn thấy hai hình ảnh riêng biệt là khoảng 100m/giây, trong khi ở trẻ, trung bình ở mức 140m/ giây. Điều này không khác biệt nhưng khi yêu cầu trẻ phát biểu hay vẽ những gì hai hình vẽ khác nhau trong thực tế (trái với việc nhận biết có hai hình khác nhau) thì ngưỡng nhận thức ở trẻ bình thường là 180m/ giây, trong khi ở trẻ loạn đọc là 320m/ giây.

Farnham-Diggory cho rằng một số loạn đọc phát sinh từ tốc độ xử lý thông tin ở trẻ bị loạn đọc, kết quả trẻ bị loạn đọc bị "ùn đống" thông tin khi cố gắng xử lý từ. Một giả định cho rằng trẻ được dạy đọc mỗi lần chỉ một tự vị, sao cho mỗi đơn vị được xử lý hoàn toàn rồi mới chuyển sang đơn vị sau. Nhưng một số nhà nghiên cứu cho rằng làm như thế khiến trẻ khó nắm bắt xử lý đọc nhiều hơn, vì quá chậm đến mức không thể đạt được "lưu lượng" thông tin hợp lý.

Mệt nhọc và quét trí nhớ

Nghiên cứu khác (Farnham-Diggory và Gregg, 1975) chứng minh rằng trẻ bị loạn đọc có thể giữ tác dụng mệt mỏi trong thời gian dài hơn trẻ đọc bình thường. Khi so sánh trẻ thực hiện các công việc nghe hay nhìn, họ nhận thấy tất cả số trẻ này thực hiện rất kém khi mệt mỏi. Nhưng nếu lúc ấy họ thay đổi chức năng công việc sao cho số trẻ trước đây làm công việc nhìn lúc này chuyển sang công việc nghe hay ngược lại thì họ nhận thấy người đọc bình thường sẽ hết mệt mỏi và lấy lại hoạt động tốt trước đây. Trái lại, trẻ bị loạn đọc cho thấy có sự giảm sút nhiều hơn.

Cùng nghiên cứu chứng minh rằng trẻ bị loạn đọc cũng khác với trẻ đọc bình thường khi thực hiện nhiệm vụ quét trí nhớ. Trẻ được cho nghe hay nhìn một chuỗi chữ, sau đó đặt câu hỏi chữ nào đầu tiên, ở giữa hay sau cùng. Đối với người đọc bình thường, hoạt động đều như nhau cho dù thông tin trình bày ra sao đi nữa. Nhưng ở trẻ bị loạn đọc thể hiện sự giảm sút thấy rõ trong công việc nghe mặc dù tỏ ra rất tốt trong công việc nhìn. Nếu điều này mô tả hành vi thông thường của trẻ trong một bối cảnh tự nhiên (không thể là trường hợp vì những thí nghiệm này có phần trừu tượng, giả tạo) thì khi đó cho rằng trẻ bị loạn đọc phải mất nhiều thời gian hơn để xử lý sự việc mà trẻ nghe hơn là nhìn thấy. Điều này cũng nêu ra khó khăn càng nhiều khi trẻ được dạy công việc đọc "nhìn và nói".

Có chứng loạn đọc hay không?

Khó khăn trong những loại nghiên cứu này là chúng thường giả tạo, nhiều nhà tâm lý học cho rằng chúng không giống như sự kiện ngoài đời thực ở trẻ học đọc. Họ cũng lập luận rằng xử lý khó khăn trong việc đọc như thể là những khó khăn riêng biệt thì không thực tế vì như chúng ta thấy, yếu tố xã hội và động cơ thúc đẩy cũng rất quan trọng.

Một số nhà tâm lý học thậm chí còn đi xa hơn nữa khi lập luận rằng loạn đọc nói chung không tồn tại trên thực tế. Họ xem đó là chuyện tưởng tượng làm chệch hướng chú ý từ việc giảng dạy tồi và việc "gán tên" cho trẻ trong trường học, bằng cách quy kết quả vào cá nhân trẻ. Whittaker năm 1982 mô tả khái niệm loạn đọc phát triển như "trò đánh lừa cần được vạch trần", trên cơ sở sử dụng khái niệm "ảo thuật" để giải thích cả sự khác biệt cá nhân trong học đọc lẫn kinh nghiệm giáo dục không phù hợp. Thuật ngữ loạn đọc được mở rộng rất nhiều kể từ lần phát triển đầu tiên, Whittaker lập luận ngày nay được áp dụng để chỉ một rối loạn học tập bất kỳ nếu có liên quan đến ngôn ngữ. Thực ra, Miles (1978) chứng minh rằng ngay cả áp dụng trong một số trường hợp đối với khó khăn trong việc học số học. Do đó, định nghĩa được sử dụng rộng rãi đến mức trở nên vô nghĩa, ít nhất trong thuật ngữ khoa học.

Whittaker và các nhà tâm lý học khác tán thành quan điểm này cũng không cho rằng khó khăn đọc riêng biệt không diễn ra. Điều họ nói là việc gán cho trẻ cái tên "loạn đọc" không có tác dụng. Nhãn hiệu gán cho ấy trình bày vấn đề như thể không đổi, chắc chắn xảy ra trong khi nhiều trẻ "loạn đọc" thấy rõ lại thực sự học đọc một khi được giáo dục phù hợp hơn. Ngoài ra, một bộ phận phụ huynh hay giáo viên quá lo âu, miễn cưỡng chấp nhận ý kiến cho rằng đứa trẻ có thể học chậm hơn trẻ khác thường thường là do trẻ bị gán tên loạn đọc. Bất chấp nghiên cứu mở rộng về loạn đọc như một rối loạn, vẫn còn ý kiến gây tranh luận, nói chung phải dứt khoát theo như ngụ ý của các nhà nghiên cứu.

Từ khóa

Giọng. Mẫu phát âm dễ phân biệt trong một ngôn ngữ, ở trong cùng nhóm khu vực hay kinh tế xã hội.

Loạn đọc mắc phải. Loạn đọc xảy ra khi bị chấn thương nào hay do nguyên nhân cụ thể tương tự.

Giả thuyết Berlin-Kay. Quan niệm cho rằng từ chỉ màu sắc cơ bản trong một ngôn ngữ hình thành các nhóm tự nhiên, cố hữu trong tư duy con người, không thay đổi từ văn hóa này đến văn hóa khác ngoại trừ số lượng.

Giai đoạn tới hạn. Thời gian xác định bằng di truyền trong khi phát triển khi một hình thức học tập cụ thể phải diễn ra nếu trước đây nó chung đã được tập quen.

Loạn đọc sâu. Loạn đọc trong đó con người nhận thấy đặc biệt khó khăn khi lĩnh hội các từ không thể hình dung cụ thể.

Cấu trúc sâu. Sắp xếp nền tảng của một ngôn ngữ, liên quan đến ý nghĩa và những gì từ của ngôn ngữ ấy trình bày.

Loạn đọc phát triển. Hình thức loạn đọc không có vẻ có một nguồn gốc hữu cơ cụ thể bất kỳ.

Phương ngữ. Một mẫu sử dụng ngôn ngữ để phân biệt ở một nhóm khu vực hay kinh tế xã hội, có hình thức từ vựng và ngữ pháp riêng.

Song ngữ. Khả năng nói nhiều hơn một hình thức ngôn ngữ, như tiếng Anh "tiêu chuẩn" và tiếng Anh "thông tục" theo tình huống yêu cầu.

Phân tích đàm luận. Phương pháp nghiên cứu kinh nghiệm con người bằng cách phân tích vấn đề con người nói với nhau và cách thể hiện chúng về biểu tượng lẫn hành vi.

Suy nghĩ không liên quan. Suy nghĩ không áp dụng vào một bối cảnh có nghĩa bất kỳ, mà chỉ xử lý như một công việc riêng biệt, phân biệt không có sự liên quan nào với thế giới thực.

Loạn đọc. Một thuật ngữ để gọi sự rối loạn trong xử lý và giải thích thông tin từ chữ nhìn thấy.

Tự vị. Một đơn vị cơ bản của ngôn ngữ viết.

Từ đồng âm. Từ phát âm tương tự như từ khác.

Vốn từ. Hình thức ngôn ngữ riêng hay đặc tính do một cá nhân sử dụng.

Trình bày từ vựng trong ngôn ngữ. Hình ảnh thế giới được chứa đựng ẩn ý trong từ của ngôn ngữ ấy.

Giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ. Quan niệm cho rằng tư duy lệ thuộc vào ngôn ngữ, vì thế con người nói các ngôn ngữ khác nhau cũng sống trong các thế giới nhận thức khác nhau.

Trình bày suy nghĩ. Mô hình lý thuyết về cách lưu giữ thông tin trong bộ não.

Khung ẩn dụ. Tập hợp ý kiến được gợi ra bằng cách sử dụng một phép ẩn dụ cụ thể, sau đó ấn định bối cảnh thảo luận chi tiết.

Hình vị. Đơn vị nhỏ nhất có nghĩa trong ngôn ngữ.

Ý nghĩa cụ thể. Ý nghĩa của lời tuyên bố hay lời thốt ra chỉ áp dụng vào bối cảnh cụ thể của riêng chúng.

Âm vị. Đơn vị âm thanh cơ bản trong ngôn ngữ nói.

Ngôn ngữ học tâm lý. Nghiên cứu ngôn ngữ và cấu trúc ngôn ngữ nhất là theo nghĩa tương tác với tư duy.

Chữ viết. Mẫu quen thuộc của hoạt động xã hội và tương tác xã hội được thành lập lâu dời và được chấp nhận trong xã hội, được con người mặc nhiên và tự động tuân thủ trong các tình huống liên quan.

Ngôn ngữ học xã hội. Nghiên cứu ngôn ngữ khi ngôn ngữ liên quan đến hiện tượng xã hội và văn hóa.

Hiệu ứng Stroop. Hiện tương mô tả tính chất tự động trong xử lý thông tin, trong đó nhận dạng màu sắc bị cản trở bằng tên gọi màu sắc trong chất kích thích.

Loạn đọc bề mặt. Hình thức rối loạn đọc trong đó con người gặp khó khăn với các hình dạng từ và chữ, nhưng không gặp khó khăn về nghĩa.

Cấu trúc bề mặt. Đặc điểm bề ngoài của một ngôn ngữ: qui tắc ngữ pháp chính thức và sử dụng từ theo thói quen.

Cú pháp. Qui tắc kiểm soát sự kết hợp từ và trật tự từ nào là được chấp nhận trong một ngôn ngữ cụ thể.

Ý nghĩa phổ thông. Ý nghĩa lời phát biểu hay lời thốt ra nói chung áp dụng vào bối cảnh rộng và trong nhiều tình huống trực tiếp.

Giả thuyết tước đoạt lời nói. Quan niệm cho rằng trẻ không từng trải những hình thức ngôn ngữ mở rộng sẽ bị khiếm khuyết nhận thức.

Tóm tắt

1. Ngôn ngữ là một hệ thống giao tiếp hoạt động thông qua sự phối hợp các ký hiệu tùy ý. Nghiên cứu sử dụng ngôn ngữ trong chuyện trò tập trung vào việc sử dụng đàm luận và phép ẩn dụ và các khía cạnh xã hội, hợp tác trong trao đổi chuyện trò.
2. Piaget xem ngôn ngữ hoàn toàn lệ thuộc vào tư duy, trong khi Bruner xem ngôn ngữ là công cụ khuếch đại và gia tăng suy nghĩ. Vygotsky xem ngôn ngữ và tư duy như hai chức năng riêng biệt: ngôn ngữ như một kỹ năng xã hội và tư duy là cách trẻ tìm hiểu ý nghĩa từ thế giới.
3. Hình thức mạnh trong giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ cho rằng ngôn ngữ quyết định tư duy, hình thức yếu cho rằng ngôn ngữ cung cấp một khung và tuyến ảnh hưởng rất lớn đến tư duy.
4. Giả thuyết tước đoạt lời nói của Bernstein cho rằng sử dụng mật mã hạn chế tiếp cận đến một số hình thức ý nghĩa. Lập luận này bị Labov phản đối. Nghiên cứu các khía cạnh xã hội trong sử dụng ngôn ngữ chẳng hạn như giọng, phương ngữ và ngôn ngữ phân biệt giới tính cho thấy ngôn ngữ là một yếu tố quan trọng trong nhận thức xã hội.
5. Lý thuyết có được ngôn ngữ bao gồm tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng giữa Chomsky và Skinner, gần đây có sự nhấn mạnh vào tiếp xúc xã hội ở con người trong học tập ngôn ngữ. Trẻ phát triển một nhận thức tinh vi về cách sử dụng ngôn ngữ thích hợp từ rất sớm.
6. Lý thuyết kỹ năng đọc, ở những thời điểm khác nhau, mô tả việc đọc như học tập kích thích – phản ứng, như sự chuyển đổi từ kích thích thị giác sang thính giác, và như sự tìm kiếm ý nghĩa có chọn lọc. Người đọc trôi chảy và mới bắt đầu chứng tỏ khác nhau trong nhiều khía cạnh.
7. Hiểu biết xã hội dưới dạng chữ viết và giả định rất quan trọng trong tìm hiểu và nhớ ngôn ngữ. Rối loạn đọc do nhiều yếu tố xã hội bao gồm sự tước đoạt lời nói, thiếu vai trò mẫu và xem chương trình truyền hình nặng nề
8. Loạn đọc thường chia thành loạn đọc mắc phải, có nguồn gốc hữu cơ có thể nhận dạng và loạn đọc phát triển liên quan đến trẻ không học đọc được. Giải thích tâm lý học đối với loạn đọc phát triển bao gồm những khó khăn trong xử lý thông tin thị giác, mệt nhọc và gán tên xã hội.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Trong nghiên cứu đàm luận và chuyện trò, khái niệm nào là chính?
2. Tóm tắt tranh luận tước đoạt lời nói.
3. Mô tả các thuyết đọc chính.

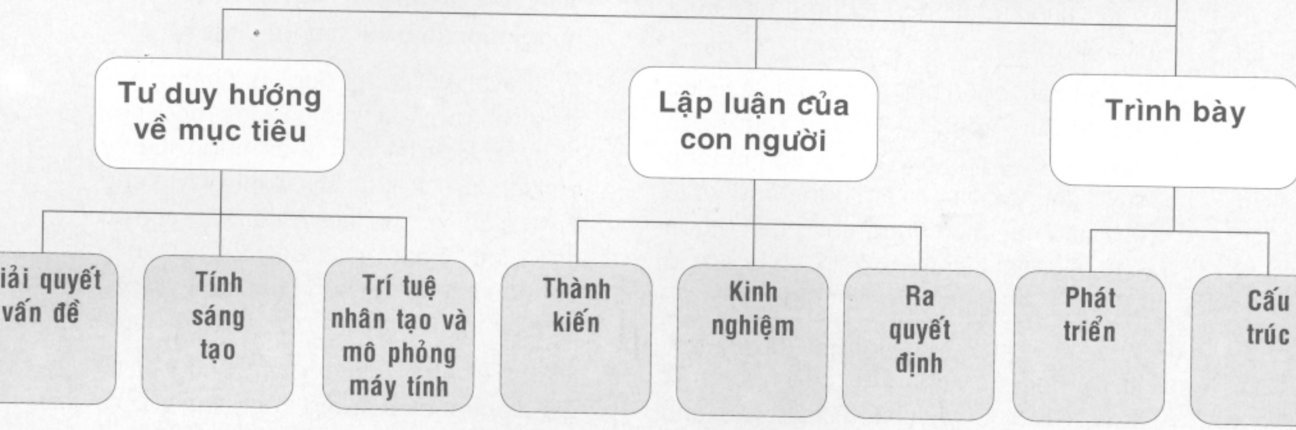
Câu hỏi thảo luận

1. "Có nhiều chứng cứ trong tiếng Anh cho rằng phụ nữ không được xem là bình đẳng với nam giới". Hãy thảo luận.
2. Khái niệm tước đoạt lời nói hữu ích ra sao?
3. Phác họa và đánh giá thuyết ngôn ngữ của Vygotsky ở trẻ.

chương

5

Suy nghĩ và trình bày


Tư duy hướng về mục tiêu
Lập luận của con người
Trình bày
iải quyết vấn đề
Tính sáng tạo
Trí tuệ nhân tạo và mô phỏng máy tính
Thành kiến
Kinh nghiệm
Ra quyết định
Phát triển
Cấu trúc

Đối tượng nghiên cứu

5.1. Các loại tư duy

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về tư duy và trình bày
- *b.* Liệt kê các loại tư duy chính nghiên cứu trong tâm lý học
- *c.* Phân biệt giữa tư duy hướng về mục tiêu và các hình thức khác

5.2. Giải quyết vấn đề

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về giải quyết vấn đề
- *b.* mô tả các khía cạnh của trạng thái suy nghĩ trong giải quyết vấn đề
- *c.* Nhận dạng chiến lược thúc đẩy giải quyết vấn đề

5.3. Tính sáng tạo

- *a.* Mô tả nghiên cứu cách nhận thức
- *b.* Phác họa mô hình giai đoạn tính sáng tạo
- *c.* Nhận dạng vấn đề nghiên cứu tính sáng tạo

5.4. Mô phỏng máy tính và trí tuệ nhân tạo

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về mô phỏng máy tính và trí tuệ nhân tạo
- *b.* Đánh giá tiếp cận mô phỏng máy tính
- *c.* Mô tả các loại nghiên cứu trí tuệ nhân tạo

5.5. Lập luận của con người

- *a.* Nhận dạng các khía cạnh phân biệt trong lập luận của con người
- *b.* Phân biệt giữa lập luận của con người và logic hình thức
- *c.* Mô tả nghiên cứu lập luận của con người

5.6. Ra quyết định

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về nghiên cứu tâm lý học trong việc ra quyết định
- *b.* Phân tích phương pháp đánh giá – đúc kết trong việc ra quyết định
- *c.* Mô tả nghiên cứu ra quyết định

5.7. Hình thành khái niệm

- *a.* Mô tả các mô hình hình thành khái niệm
- *b.* Định nghĩa thuật ngữ về hình thành khái niệm
- *c.* Đánh giá phương pháp nghiên cứu hình thành khái niệm

5.8. Trình bày

- *a.* Nhận dạng các mô hình trình bày khác nhau
- *b.* Mô tả nghiên cứu trình bày
- *c.* Áp dụng mô hình trình bày vào các ví dụ đời sống hàng ngày

Trong chương này, chúng ta sẽ nghiên cứu cách xử lý thông tin bằng suy nghĩ. Suy nghĩ liên quan đến cách chúng ta sử dụng thông tin, và trình bày là cách chúng ta vẽ kiểu thông tin trong tâm trí của mình. Suy nghĩ được các nhà tâm lý học nghiên cứu từ nhiều góc độ khác nhau, và trong chương này chúng ta xét đến một số góc độ. Chúng ta bắt đầu bằng cách nghiên cứu các nhà tâm lý học đã nghiên cứu suy nghĩ và giải quyết vấn đề ra sao, và điều gì có thể bảo cho chúng ta biết về tính sáng tạo của con người. Từ đó chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu tìm hiểu tiềm năng của máy vi tính trong việc lập luận và giải quyết vấn đề. Sau đó chúng ta tiếp tục khảo sát về lập luận và chuyên gia ở con người, cách con người ra quyết định. Và sau cùng chúng ta sẽ nghiên cứu một số phương cách khác nhau trong việc trình bày thông tin.

SUY NGHĨ VÀ GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

Eysenck và Keane (1995) cho rằng có nhiều đặc điểm suy nghĩ dễ phân biệt. Thứ nhất, phải đề cập đến một số mức độ **nhận biết có ý thức** – mặc dù điều này không có nghĩa là chúng ta nhận biết mọi khía cạnh trong suy nghĩ của mình. Thông thường, chúng ta nhận biết sản phẩm sau cùng trong suy nghĩ của mình, nhưng không phải tất cả các bước chúng ta trải qua đều đi đến kết quả sau cùng ấy.

Đặc điểm thứ hai trong suy nghĩ bao gồm số lượng **định hướng mục tiêu** khác nhau – nói cách khác, có nhiều biến dạng trong việc định hướng suy nghĩ về mục tiêu cụ thể hay điểm cuối. Một số suy nghĩ của chúng ta mang tính định hướng mục tiêu: đó là loại suy nghĩ chúng ta áp dụng khi giải câu đố, hay tìm giải pháp cho vấn đề đang làm chúng ta phải bận tâm. Nhưng nói chung có một số suy nghĩ không hề định hướng mục tiêu. Gilhooly (1995) nghiên cứu suy nghĩ gián tiếp, trong đó con người tìm hiểu ý tưởng hay ấn tượng kinh nghiệm và nhận thấy điều này giải thích cho một tỉ lệ đáng kể kinh nghiệm suy nghĩ trong đời sống hàng ngày của mình.

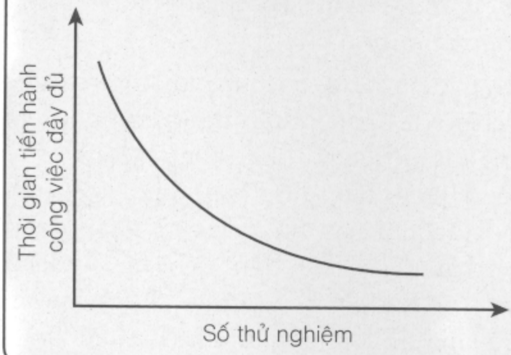
Đặc điểm thứ ba của suy nghĩ được Eysenck và Keane nhận dạng bao gồm số lượng **kiến thức** rất khác nhau. Một số suy nghĩ, chẳng hạn như suy nghĩ về tình huống xã hội hay như việc ra phán đoán thành thạo, có thể dẫn đến vô số kiến thức, và đôi khi còn được gọi là tình huống "làm kiến thức phong phú". Các loại khác, chẳng hạn như giải các bài toán số học hay hình học, có thể cần một lượng kiến thức hạn chế, các nhà tâm lý học gọi vấn đề này là vấn đề "làm nghèo kiến thức".

Suy nghĩ cần các loại hình thức khác nhau nhưng hầu hết nghiên cứu tâm lý học về suy nghĩ đều có khuynh hướng nghiên cứu suy nghĩ hướng về mục tiêu, như giải quyết vấn đề chứ không phải là loại suy nghĩ không rõ, như mơ tưởng, tưởng tượng hay suy đoán. Một phần, điều này là do suy nghĩ như thế dễ nghiên cứu hơn, nhưng một phần cũng xuất phát từ quan tâm đến nét tương đồng giữa suy nghĩ con người và phân tích máy tính đã và đang phát triển từ khi máy tính ra đời.

TẬP QUEN THỬ NGHIỆM VÀ SAI SÓT

Một trong những nghiên cứu ban đầu quan trọng nhất về giải quyết vấn đề được Thorndike tiến hành vào năm 1911. Thorndike tiến hành một loạt nghiên cứu để giải quyết vấn đề ở động vật. Một loạt thí nghiệm trong đó bỏ một con mèo bụng đói vào trong "chiếc hộp khó xử" thức ăn để ngoài hộp. Khi mèo kéo sợi dây treo lủng lẳng ở nóc hộp thì mặt trước hộp sẽ mở ra, mèo bước ra khỏi hộp, bước đến thức ăn. Thorndike nhận thấy càng bỏ mèo vào hộp nhiều lần hơn thì càng ít lần mèo tìm cách thoát ra khỏi hộp, ông có thể phác họa một **đường cong tập quen** thể hiện mối quan hệ này

Hình 5.1 Đường cong tập quen



(Hình 5.1). Hình dáng đường cong tập quen giống nhau ở mỗi loài động vật, mặc dù lượng thời gian tiến hành thay đổi. Nghiên cứu sau này cho thấy rằng loại đường cong tập quen này tỏ ra đúng đối với hầu hết các loại tập quen thử nghiệm và sai sót. Chẳng hạn, giải quyết hình khối Rubik, lúc đầu bạn mất thời gian rất lâu, lần thứ hai cũng hơi lâu nhưng nói chung sau mỗi lần thời gian càng nhanh hơn, giống như cách sử dụng thời gian của con mèo trong hộp.

TRẠNG THÁI SUY NGHĨ

H.E Harlow chứng minh rằng loài khỉ nâu có khả năng phát triển **trạng thái tập quen** khái quát hóa do tham gia liên tục các nhiệm vụ lặp đi lặp lại liên quan đến tập quen thử nghiệm và sai sót (Harlow, 1949). Thay vì tập quen đơn thuần cách giải quyết vấn đề cụ thể, khỉ nâu có thể biết cách giải quyết các loại vấn đề cụ thể: khỉ luôn phát triển một trạng thái sẵn sàng để giải quyết một loại vấn đề khó xử nào đó. Chúng ta sẽ trở lại nghiên cứu của Harlow khi khảo sát sự tập quen ở động vật trong Chương 18, nhưng quan niệm về trạng thái tập quen là một quan niệm mà các nhà nghiên cứu khảo sát ở con người cũng như động vật.

Các nhà tâm lý học Cấu trúc không thừa nhận quan điểm cho rằng tất cả giải quyết vấn đề là vấn đề tập quen thử nghiệm và sai sót. Họ cho rằng giải quyết vấn đề hiệu quả chủ yếu phát triển do con người có được khả năng hiểu biết sáng suốt đối với vấn đề, và tái cấu trúc nó thật hiệu quả để tìm ra giải pháp. Mặc dù kinh nghiệm quá khứ có thể quan trọng trong việc giúp con người giải quyết vấn đề, các nhà tâm lý học Cấu trúc chứng minh rằng cũng có thể ngăn cản bằng cách tạo ra những trạng thái suy nghĩ không phù hợp.

Einstellung

Luchins, năm 1942, chứng minh sức mạnh của trạng thái trong giải quyết vấn đề. Người tham gia nghiên cứu phải giải quyết vấn đề luôn gồm một loạt ba bước đều đặn. Mỗi vấn đề phải được giải quyết bằng cách sử dụng loại các bước giống nhau. Sau đó họ phải giải quyết vấn đề khác, cũng sử dụng phương pháp ba bước, nhưng cũng có thể được giải quyết nhanh hơn, chỉ bằng hai bước. Người tham gia nghiên cứu không được sử dụng phương pháp đơn giản hơn. Ngoài ra, khi giải quyết vấn đề chỉ áp dụng phương pháp hai bước thì số người giải quyết được rất ít. Nhưng những người trước đây chưa trải qua kinh nghiệm giải quyết ba bước tỏ ra linh động hơn trong tiếp cận của mình, tìm ra những cách thay thế trong giải quyết vấn đề.

Nghiên cứu này chứng minh kinh nghiệm trước đây có thể tạo nhiều tiếp cận chính xác hơn. Đối tượng giải quyết một loại tình huống khó xử quen thuộc rất dễ dàng, nhưng kinh nghiệm trước đây của họ khiến cho họ ít có khả năng nhận biết một giải pháp mới. Luchins gọi thói quen suy nghĩ cố định này là **Einstellung,** mô tả thói quen này ngăn cản con người trong việc tìm kiếm giải pháp rõ ràng và có được khả năng hiểu biết tính chất vấn đề.

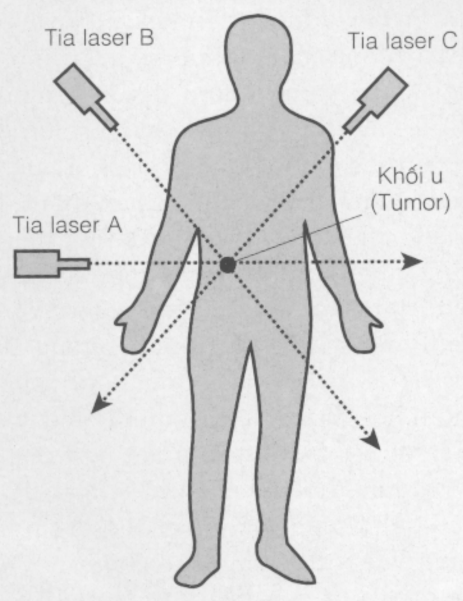
Tính cố định chức năng

Glucksberg (1962) yêu cầu người tham gia nghiên cứu giải quyết vấn đề liên quan đến sinh hoạt hàng ngày theo nhiều cách không quen thuộc. Công việc của họ là phải gắn hai đèn cầy nhỏ lên tường, chỉ sử dụng một hộp que diêm, hai đèn cầy và một vài đinh rệp. Glucksberg nhận thấy khả năng giải quyết vấn đề của con người bị giảm sút nghiêm trọng do khuynh hướng họ luôn nghĩ về đồ vật theo nghĩa chức năng thông thường. Glucksberg cho rằng đây là một hình thức khác của trạng thái suy nghĩ, còn gọi là **tính cố định chức năng.**

Trong một phiên bản nghiên cứu thêm, Glucksberg nhận thấy rằng khó khăn của người tham gia nghiên cứu bị trộn lẫn bởi động cơ thúc đẩy: những người được đề nghị trao phần thưởng 20 đô la trong giải quyết vấn đề cảm thấy khó khăn hơn những người không được khích lệ tưởng thưởng vật chất. Những người không được khích lệ tỏ ra sẵn sàng áp dụng biện pháp thay thế hơn những người nhận giải. Có vẻ động cơ thúc đẩy cao có thể làm cho con người miễn cưỡng thay đổi trạng thái suy nghĩ của mình – lý do giải thích tại sao có nhiều học sinh tiếp tục sử dụng những kỹ thuật ôn bài thụ độntg, lạc hậu thậm chí họ biết rằng việc áp dụng kiến thức lý thuyết trí nhớ và ôn lại theo cách khác chắc chắn giúp họ có kết quả cao hơn.

Gick và Holyoak (1980) yêu cầu người tham gia nghiên cứu giải quyết vấn đề, áp dụng một liều phóng xạ thích hợp để điều trị khối u ác tính ở một bệnh nhân, khi cũng với liều lượng ấy có thể làm tổn hại các mô lành ở người bệnh. Giải pháp cho vấn đề bao gồm việc hướng ba tia khác nhau vào khối u từ các góc độ khác nhau (xem Hình 5.2), nhưng chỉ có 10% số người tham gia chọn giải pháp này.

Hình 5.2 Giải pháp vấn đề khối u



Sau đó các nhà nghiên cứu phân công cho một nhóm người tham gia nghiên cứu khác phải học một loạt ba câu chuyện. Trong đó có một câu chuyện giống như vấn đề khối u, liên quan đến việc một đoàn quân theo các tuyến khác nhau để bao vây một pháo đài. Về sau, khi yêu cầu người tham gia giải quyết vấn đề khối u, một số họ cho biết câu chuyện họ nghe được có lời mách nước. Trong số những người hiểu rằng câu chuyện có lời mách nước, thì 92% giải quyết vấn đề thành công nhưng chỉ 10% trong số họ không được cho biết câu chuyện có lời mách nước, cũng thành công như thế – nói cách khác, họ không có kết quả nào tốt hơn nhóm ban đầu. Mặc dù họ được cung cấp thông tin hữu ích trong giải quyết vấn đề, trừ phi họ nhận thấy mình không kiểm soát được cách áp dụng chúng

Yếu tố xã hội trong giải quyết vấn đề

Xã hội cũng ảnh hưởng đến việc giải quyết vấn đề. Năm 1972, Janis phân tích nhiều quyết định trong chính sách đối ngoại của Mỹ từ 1940 đến 1970, chứng minh rằng quyết định thường xuyên mang tính chất không thực tế và thậm chí là thảm họa khi áp dụng. Điều này xảy ra vì quá trình **suy nghĩ nhóm,** trong đó một nhóm chỉ nghiên cứu một số lượng tùy chọn hạn chế, không xét đến bối cảnh rộng hơn của quyết định.

Một lý do giải thích tại sao có suy nghĩ nhóm là vì con người trong các nhóm dài hạn ngoài đời thực, như ủy ban hay các nhóm hành động thường giả định rằng mọi người trong nhóm đều suy nghĩ như nhau. Giả định này tạo sức ép lên thành viên trong nhóm buộc họ phải tuân thủ quan điểm có vẻ xem là quan điểm đa số, vì thế con người ít nhiều không tỏ ý bất đồng công khai với nhau (chúng ta sẽ xét đến sự tuân thủ xã hội có quyền lực mạnh đến mức nào trong Chương 16). Vì không ai tỏ ý bất đồng công khai, cả nhóm nói chung xem quan điểm của mình là chính xác, không cần xét đến các quan điểm thay thế khác. Sau đó, ngay cả phát biểu quan điểm thay thế được xem là bất trung, đe dọa đến "sự chính xác" của nhóm – một quá trình được nhận thấy ở nhiều đảng phái chính trị hiện nay.

Suy nghĩ nhóm là vấn đề quan trọng trong các tình huống ra quyết định vì tạo ra những kết quả bi kịch, nghiêm trọng như thế. Janis dẫn chứng việc Mỹ xâm lược Cuba bất thành ở Vịnh Con Heo. Nghiên cứu thông tin bên ngoài cảnh báo những người ra quyết định về kết quả có thể xảy ra, nhưng không chịu tìm tòi, suy nghĩ và vụ xâm lược ấy là một thảm họa quân sự.

Có nhiều điều kiện làm cho suy nghĩ nhóm chắc chắn diễn ra: có một nhóm rất cố kết với một lãnh đạo mạnh, cách ly nhóm từ thông tin bên ngoài, không đánh giá mọi tùy chọn có thể theo hệ thống, và nếu nhóm cảm thấy bị căng thẳng vì cần phải hành động nhanh. Tuy nhiên hiểu biết suy nghĩ nhóm diễn ra ra sao có nghĩa rằng chúng ta có thể tiến hành một biện pháp gì đó về suy nghĩ nhóm. Janis (1972) mô tả do kết quả thất bại thảm hại ở Vịnh Con Heo, tổng thống Kennedy thay đổi gần như tất cả những điều kiện này khi thảo luận chiến lược ra quyết định trong vụ khủng hoảng tên lửa ở Cuba. Ủy ban được khuyến khích tranh luận và không thừa nhận quyết định, chỉ trích giả định và quan điểm nền tảng. Kennedy cũng thường vắng mặt trong các cuộc họp để hạn chế ảnh hưởng của mình trong vai trò lãnh đạo. Trong khi khó đánh giá quyết định chính trị, điều chắc chắn có vẻ như mặc dù hành động dẫn đến kết quả liên hệ với thực tế nhiều hơn là xâm lược Vịnh Con Heo theo dự tính. Căn cứ vào tính nghiệm trọng trong khủng hoảng tên lửa Cuba, thật may mắn khi người ta nhận biết những nguy hiểm của suy nghĩ nhóm đúng lúc.

Minh họa mà Janis mô tả là minh họa đời sống chính trị Mỹ trong thập niên 1950 và 1960. Nhưng suy nghĩ nhóm là một cơ chế tâm lý chủ động, có thể xem là chịu ảnh hưởng bởi nhiều quyết định chính trị gần đây hơn. G. Moorhead, R. Ference và C. P. Neck (1991) đề cập cơ chế ấy xảy ra ra sao trong thập niên 1980, trong việc ra quyết định đầy thảm họa khi phóng tàu con thoi Challenger. Con tàu nổ tung 73 giây sau khi được phóng, làm thiệt mạng 7 người: 6 phi hành gia và một giáo viên, nếu sứ mệnh thành công thì giáo viên này là thường dân đầu tiên đi vào vũ trụ. Moorhead, Ference và Neck khảo sát chi tiết quyết định ấy, do Ủy ban điều tra của tổng thống thu thập, và phát hiện lúc nào cũng có mặt điều kiện suy nghĩ nhóm.

Điều kiện đầu tiên mà Janis nhận dạng luôn có mặt mọi nơi: nhóm cùng làm việc với nhau trong thời gian dài, rất gắn bó; hai quản trị cấp cao chủ động đề xuất ý kiến, cũng như những quản lý khác hối thúc phóng tàu; họ bị cách ly với số chuyên gia nhất quyết cho rằng phóng tàu không an toàn, vì kỹ sư đã cảnh báo ngay từ buổi chiều đều bị gạt bỏ không cho tham gia thảo luận về sau.

Tám dấu hiệu liệt kê trong Bảng 5.1 cũng đều có mặt: lịch sử tự do lâu dài từ sự cố tạo ra ảo giác tính không thể sai lầm, và nhóm duy lý hóa gạt bỏ lời cảnh báo của kỹ sư với chứng cứ tuyệt đối cho rằng phóng tàu là không an toàn – rõ ràng không thực tế, và trong mọi trường hợp quá trình diễn tiến bình thường đều chắc chắn tình trạng là an toàn chứ không phải không an toàn. Nhóm cũng mang ảo tưởng về đạo đức trong việc không thừa nhận – trong một số trường hợp thậm chí lưu ý – phản đối đạo đức quyết liệt của một quản trị cấp cao, và gạt bỏ sự quan tâm của giới kỹ sư bằng suy nghĩ rập khuôn để gạt bỏ họ.

Quan chức cấp cao ủng hộ việc phóng tàu đã gây sức ép cho các đại diện của công ty MTI là công ty cầm đầu việc phóng tàu. MTI ban đầu khuyên không nên phóng, nhưng quá nhiều áp lực buộc nhân sự của họ phải chứng minh rằng việc phóng tàu là không an toàn đến mức phải tự kiểm duyệt: một phó chủ tịch MTI có lúc phản đối kịch liệt, nhưng gặp nhiều ý kiến phản kháng đến mức về sau ông phải chấp nhận áp lực này, để rồi phải âm thầm thực hiện. Sự im lặng này cũng như sự im lặng của nhân viên khác bắt chước ông tạo ra ảo giác nhất trí được xem là tán thành quyết định của những người ủng hộ phóng tàu. Một số thành viên phải dè dặt, không được để lộ thông tin đi ngược lại quan điểm của nhóm.

Kết quả, theo dự định, là quá trình ra quyết định chứng minh mọi khiếm khuyết theo nhận dạng của Janis. Kết quả là một trong những thảm họa tồi tệ nhất lịch sử vũ trụ, một kết quả làm tê liệt chương trình vũ trụ của Mỹ. Minh họa khác là quyết định của chính quyền Thatcher ở Anh ra lệnh đánh thuế thân – một quyết định tai họa về mặt chính trị được nhiều người bên ngoài nội các nhìn nhận. Tuy nhiên, trong nội các, sự hiện diện của lãnh

Bảng 5.1 Dấu hiệu suy nghĩ nhóm

Tính không thể sai lầm	Ủy ban, nhóm công việc hay bộ phận hoạt động trong ảo tưởng phần lớn công việc đều không thể sai lầm và thảm họa không chắc xảy ra.
Duy lý hóa	Ủy ban thường duy lý hóa gạt bỏ giải pháp không phổ biến – tìm lời bào chữa và biện minh cho quyết định tiêu cực.
Suy nghĩ rập khuôn	Ủy ban với suy nghĩ nhóm thường rơi vào suy nghĩ rập khuôn và loại trừ đối thủ hơn là lập luận logic.
Tính tuân thủ	Ủy ban gây nhiều áp lực đối với số thành viên tỏ vẻ hoài nghi thay vì tìm hiểu lý do hoài nghi của họ.
Tự kiểm duyệt	Nhân sự trong Ủy ban, nhóm công việc hay bộ phận nghi ngờ sự sáng suốt của quyết định thường giữ im lặng hơn là nói ra.
Ảo tưởng nhất trí	Một số người xem ảo tưởng này là dấu hiệu nổi bật nhất: nếu mỗi thành viên trong nhóm có vẻ nhất trí với mọi quyết định thì một người nào đó, ở một nơi nào đó che giấu ý kiến thật của mình hay nhóm cần một số thành viên mới mang đến quan niệm mới!
Dè dặt	Một số thành viên nhóm phải tỏ ra "dè dặt", bằng cách kiểm duyệt thông tin không mong muốn và ý kiến trực tiếp hay gián tiếp, bằng những gợi ý tế nhị không được chấp nhận trong thực tế.
Ảo tưởng đạo đức	Nhóm cho rằng mọi hành động và quyết định về thực chất đều đúng, hợp đạo đức.

Nguồn: Janis, 1983

đạo mạnh và quan điểm cho rằng bất kỳ một sự không thừa nhận nào được xem là "bất trung" nghĩa là không nhận thấy thực tế chính trị. Hiện tượng suy nghĩ nhóm gắn bó mật thiết với sự phát triển niềm tin chung và **trình bày xã hội**, chúng ta sẽ xét đến ở Chương 15.

SUY NGHĨ SÁNG TẠO

Khả năng tạo ra quan điểm hay tiếp cận mới là một trong những chỗ dựa quan trọng nhất của một nền văn hóa sử dụng công nghệ, và được tìm hiểu với nhiều nỗ lực đáng kể. Nhưng tính sáng tạo là một vấn đề khó hiểu. Một đặc điểm có vẻ thấy rõ là tính sáng tạo bao gồm việc thoát khỏi cách suy nghĩ hay giả định theo quy ước, điều này có nghĩa là phần lớn nghiên cứu tính sáng tạo đều xét đến cách suy nghĩ mới lạ và độc đáo trong giải quyết vấn đề.

Cách nhận thức

Năm 1966, Hudson nhận dạng hai cách nhận thức khác nhau, trên cơ sở phân tích tiếp cận ở học sinh. Một trong những cách này là **suy nghĩ hội tụ:** người suy nghĩ hội tụ thường tập trung vào các vấn đề cụ thể, tìm lời đáp trong khuôn khổ đã hình thành. Cách suy nghĩ khác được Hudson gọi là suy nghĩ phân kỳ: người suy nghĩ phân kỳ thường dàn trải trong tìm kiếm giải pháp thường vượt xa khuôn khổ được chấp nhận thông thường. Hudson cũng cho rằng **suy nghĩ phân kỳ** cũng có sản phẩm phụ ở dạng nhân cách: người suy nghĩ phân kỳ rất có thể được bạn bè xem là khôn ngoan, sáng suốt hay đặc biệt hơn người suy nghĩ hội tụ.

Một trong những cách Hudson tìm hiểu suy nghĩ hội tụ và phân kỳ là khảo sát các loại giải pháp độc đáo ở học sinh đối với vấn đề. Chẳng hạn, một trong những trắc nghiệm yêu cầu học sinh phát biểu một viên gạch có bao nhiêu công dụng. Người suy nghĩ hội tụ thường đưa ra giải pháp theo quy ước, như "xây vách" hay "đỡ một vật gì đó phía trên" – họ thể hiện mức cố định chức năng cao. Điều này cũng có nghĩa là họ không nghĩ ra nhiều câu trả lời. Tuy nhiên, người suy nghĩ phân kỳ lại nghĩ ra nhiều công dụng hơn, một số hoàn toàn bất ngờ, phần lớn là vì họ tập trung vào đặc điểm vật lý của chính viên gạch, xem nhẹ chức năng bình thường khác. Vì thế người suy nghĩ phân kỳ mô tả viên gạch như một chiếc khay có thể dựng kẹp giấy vì chỗ trũng giữa viên gạch, hay đồ chặn sách hay vật ngăn chống va vào tường vì hình dáng và trọng lượng viên gạch.

Tính sáng tạo đời thực

Tuy nhiên, đây là vấn đề đáng nghi vấn, tiếp cận tính sáng tạo của Hudson liên kết với loại sáng tạo ở nhạc sĩ hay nghệ sĩ nổi tiếng nhiều đến mức nào. Wood (1981) đưa ra một loạt phỏng vấn và bài viết tiểu sử do Ghiselin biên soạn, năm 1952, mục đích đề cập kinh nghiệm sáng tạo của các nhà khoa học, nghệ sĩ, họa sĩ lỗi lạc. Wood nhận dạng 4 chủ đề không đổi nổi bật trong tài liệu này.

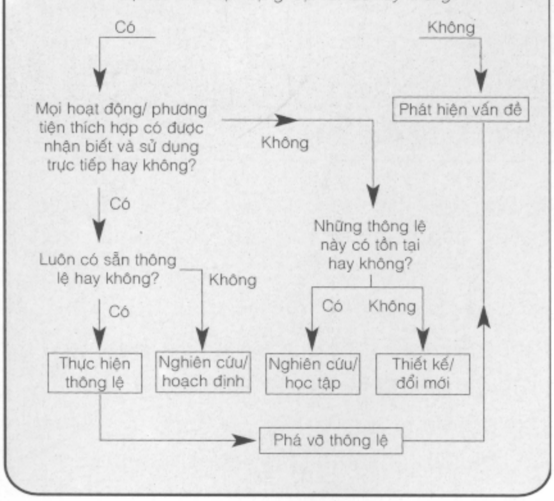
Chủ đề thứ nhất là người có tính sáng tạo cao thường thuộc loại "**đối thoại nội tâm**" giữa suy nghĩ nhận thức và một số khía cạnh khác về bản thân. Họ nhận thức một số loại thông tin hay quan điểm đang phát triển nhưng chỉ nhận thức được một phần. Chủ đề này liên kết với chủ đề thứ hai mà người sáng tạo thường nói tạo ra tính sáng tạo của mình như thể cá nhân họ lúc nào cũng là **khán giả.** Họ mô tả quan điểm của mình phải "sáng tạo" trong hình thức hoàn hảo, tương đối đột ngột (mặc dù như chúng ta chứng kiến họ biết một vấn đề đang phát triển vì thế họ luôn sẵn sàng). Ý tưởng thường xuất hiện đột ngột khi họ thức giấc như thể ý tưởng ấy kết tinh trong giấc ngủ. Một khi ý tưởng xuất hiện, nhà khoa học/ nghệ sĩ/ họa sĩ thức giấc, cố nắm bắt điểm chính của ý tưởng.

Nói cách khác, Wood cho rằng quá trình sáng tạo được kinh qua như thể ý tưởng được hình thành trong tâm trí nhất là trong tiềm thức sau đó trình bày cho người sáng tạo phải thực hiện. Người sáng tạo nhận thức phải đạt đến mục tiêu cụ thể cho dù không được phát biểu có hệ thống rõ ràng. Wood cho rằng có thể là loại chuỗi tiếp nối giữa giải quyết vấn đề định hướng mục tiêu dứt khoát và tính sáng tạo toàn diện bao gồm thiết kế và đổi mới, thực hiện với những loại giải pháp hay hoạt động hiện có và khả dụng. Điều này được trình bày trong giản đồ dòng chảy ở Hình 5.3.

Chủ đề thứ ba nổi bật trong tập hợp của Ghiselin là trong khi ý tưởng đang ấp ủ và bắt đầu định hình thì người sáng tạo rất thận trọng trong việc cố gắng biểu hiện thành lời. Luôn có cảm nghĩ **sự ngờ vực của lời nói** mà Wood cho rằng phát xuất từ hành động sáng tạo theo định nghĩa là một hành động mới lạ. Diễn tả hành động bằng lời có nghĩa làm cho hành động thích hợp với cấu trúc hiện có, và điều này gây cản trở nhiều đến mức tính chất của ý tưởng biến mất.

Chủ đề thứ tư do Wood nhận dạng, và trong nhiều cách, quan trọng nhất là **thực hành.** Tất cả các nhà khoa học, nghệ sĩ, họa sĩ sáng tạo đều dành nhiều năm để thực hành và làm việc với phương tiện truyền thông đã chọn. Khả năng của họ được điều chỉnh thích hợp, và kiến thức của họ về công cụ đặc biệt được mở rộng. Do đó, khi ý tưởng sáng tạo phát triển thì họ có khả năng diễn đạt nó không cần phải chú ý đến phương tiện truyền thông đang sử dụng để diễn đạt. Ý tưởng đến thật tự nhiên, vì thế không cản trở việc diễn đạt ý tưởng.

Hình 5.3 Tính sáng tạo và giải quyết vấn đề


Bạn có thể nhận dạng loại vấn đề hay không?
Có
Không
Mọi hoạt động/ phương tiện thích hợp có được nhận biết và sử dụng trực tiếp hay không?
Phát hiện vấn đề
Không
Có
Những thông lệ này có tồn tại hay không?
Luôn có sẵn thông lệ hay không?
Không
Có
Có
Không
Thực hiện thông lệ
Nghiên cứu/ hoạch định
Nghiên cứu/ học tập
Thiết kế/ đổi mới
Phá vỡ thông lệ

Đây là một quan điểm quan trọng vì cho thấy một trong những cách khuyến khích tính sáng tạo hiệu quả nhất không phải là tập trung vào chính tính sáng tạo, thay vào đó tập trung vào sự đạt được khả năng thành thạo. Tính sáng tạo thực tế bị ngăn cản nếu con người cố gắng diễn đạt ý tưởng của mình nhưng không có phương tiện diễn đạt chúng theo cách họ muốn. Nhưng có nhiều cơ hội phát triển kiến thức rộng về công cụ liên quan – cho dù trong nghệ thuật, âm nhạc, văn học hay khoa học chăng nữa – có nghĩa là khả năng thành thạo được sử dụng hỗ trợ quá trình sáng tạo và cho phép ý tưởng phát sinh, diễn đạt theo cách suy nghĩ tiềm thức hay nhận thức.

Suy nghĩ một chiều

Một số hình thức sáng tạo có thể kém ấn tượng hơn. Edward de Bono (1969) nghiên cứu hiện tượng **suy nghĩ một chiều,** bao gồm khả năng cá nhân thoát khỏi các mẫu hay cách suy nghĩ theo thói quen và phát triển giải pháp độc đáo đối với vấn đề. Cũng giống như khái niệm suy nghĩ phân kỳ của Hudson và những ngụ ý tương tự dưới dạng nhân cách: một số người nhận thấy dễ suy nghĩ một chiều hơn người khác. Suy nghĩ một chiều bao gồm việc tìm giải pháp cho vấn đề nằm ngoài khuôn khổ quy ước. Chẳng hạn, *tiếp cận theo quy ước* mô tả một người trở lại bãi đậu xe ở sân bay vào ban đêm giữa mùa đông giá lạnh, nhận thấy rằng ổ khóa cửa ô tô bị đông cứng sẽ tìm cách làm tan băng, mở khóa. Nhưng *tiếp cận suy nghĩ một chiều* có thể là ngủ đêm trong khách sạn ở sân bay, sáng ra ổ khóa tự động cũng tan băng.

Năm 1977, de Bono phát triển một khóa đào tạo mục đích dạy suy nghĩ một chiều. Tiếp cận này bao gồm việc cố gắng thận trọng để nhận dạng những hạn chế giả định hay mặc nhiên trong giải quyết vấn đề, và tiếp cận vấn đề theo cách hoàn toàn mới, như thể trước đây chưa hề gặp vấn đề nào tương tự. Một phần quan trọng trong điểm này bao gồm việc dạy con người nhận biết cách mà trạng thái suy nghĩ hạn chế tiếp cận của họ và học chiến lược khắc phục.

Động não

Kỹ thuật khác giúp con người thoát khỏi hạn chế trạng thái suy nghĩ và giả định gọi là **động não.** Đây là một kỹ thuật trên cơ sở nhóm chứ không phải trên cơ sở cá nhân, có ba giai đoạn, liệt kê trong Bảng 5.2. Động não là một kỹ thuật rất hữu ích tìm ra giải pháp mới lạ, thường được sử dụng trong tiếp thị và quảng cáo để phát triển ý tưởng mới.

Đặc điểm động não quan trọng nhất là giai đoạn đầu nói chung không có bất kỳ sự chọn lọc hay đánh giá nào. Đây là yếu tố quyết định đối với sự thành công của kỹ thuật, vì giúp con người tạo ra ý tưởng hoàn toàn mới lạ. Con người nhận thấy khó phát triển ý tưởng mới nếu cho rằng chúng không thực tế: có một loại **hiểu biết đánh giá**, có nghĩa họ không muốn phát biểu một điều gì đó mà những người khác cho là ngu ngốc.

Ban đầu một ý tưởng thường có vẻ vớ vẩn, nhưng càng tìm hiểu càng thấy quan trọng. Nếu một người nghĩ rằng mọi ý tưởng họ đề xuất đều mang tính khả thi, thực tế thì họ sẽ tự kiểm duyệt những ý tưởng không đúng và không bàn đến chúng. Nhưng bằng cách nhất quyết rằng giai đoạn đầu tiên trong chương trình động não là thoáng, không đánh giá được thì những ý tưởng này có thể tập hợp thoải mái hơn nhiều.

MÔ HÌNH SUY NGHĨ MÁY TÍNH

Sự ra đời của máy tính vào cuối thập niên 1960 và đầu thập niên 1970 tạo ra sự quan tâm đáng kể về cách xử lý thông tin trong bộ não, như chúng ta đã biết trong Chương 1, điều này tạo thành một phần quan trọng trong cách mạng nhận thức. **Phép ẩn dụ máy tính** – xem bộ não giống như máy tính – cực kỳ thịnh hành. Nghiên cứu lĩnh vực này sau cùng dẫn đến sự phát triển một môn học mới: **khoa học nhận thức,** trong đó các khía cạnh tâm lý học nhận thức trên cơ sở máy tính, khía cạnh xử lý thông tin của các nhà ngôn ngữ học và nghiên cứu máy tính và sự tương tác con người – máy tính đều kết hợp trong một môn học.

Bảng 5.2: Các giai đoạn động não

1. *Giai đoạn hình thành ý tưởng*	Trong giai đoạn này, một nhóm người kết hợp hình thành càng nhiều ý tưởng càng tốt. Không được phủ nhận với một lý do bất kỳ, cho dù ý tưởng không thực tế, điên cuồng hay thậm chí hoàn toàn vớ vẩn.
2. *Giai đoạn tìm hiểu cặn kẽ*	Trong giai đoạn thứ hai liệt kê ý tưởng đề xuất được tìm hiểu cặn kẽ, loại bỏ ý tưởng không thích hợp hay bất khả thi.
3. *Giai đoạn đánh giá*	Giai đoạn thứ ba tiến hành lần lượt từng khả năng có thể còn lại, thảo luận khả năng nào áp dụng được vào thực tế.

Nghiên cứu mô hình suy nghĩ máy tính thường theo hai con đường: **mô phỏng máy tính**, trong đó nỗ lực tái tạo, mô phỏng suy nghĩ con người và **trí tuệ nhân tạo (AI)** trong đó hệ thống được phát triển để thay thế, thúc đẩy hay hỗ trợ con người ra quyết định hay giải quyết vấn đề.

MÔ PHỎNG MÁY TÍNH

Nếu suy nghĩ vấn đề, bạn sẽ nhận thấy đời sống đầy ắp các loại vấn đề khác nhau. Quyết định nên mặc áo gì khi đi dự một sự kiện đặc biệt cũng là vấn đề cần giải quyết. Nghĩ ra cách nào tốt nhất để về nhà cũng là vấn đề. Sắp xếp thời gian sao cho bạn làm được tất cả bài tập ở nhà và ôn bài nhưng vẫn còn tham gia sinh hoạt xã hội cũng là một loại vấn đề khác cần được giải quyết. Vấn đề đời thực rất phức tạp bao gồm nhiều yếu tố khác nhau làm cho vấn đề khó nhận thấy chính xác cần đến hệ thống giải quyết vấn đề nào.

Vì vấn đề đời thực phức tạp như thế, các nhà tâm lý học phát triển mô phỏng máy tính giải quyết vấn đề có khuynh hướng nghiên cứu những mô phỏng ít phức tạp hơn, với hi vọng nghiên cứu vấn đề đơn giản sẽ tìm ra cách giải quyết vấn đề phức tạp hơn. Dĩ nhiên, trong lập luận này ngụ ý thuyết giản hóa luận: như chúng ta chứng kiến trong Chương 1, vấn đề tâm lý không hẳn được xem là không gì ngoài tổng số các bộ phận. Vấn đề phức tạp có thể khác với vấn đề đơn giản về chất lượng. Nhưng suy nghĩ những vấn đề ấy trong loại nghiên cứu này là việc phát triển chương trình máy tính có thể giải quyết vấn đề đơn giản ít nhất cũng tìm hiểu được cơ chế làm nền tảng giải quyết vấn đề ở con người.

Phân tích phương tiện – mục đích

Nghiên cứu giải quyết vấn đề bằng máy tính, ít nhất vào lúc đầu cần phải giải quyết vấn đề tương đối đơn giản. Nhưng vấn đề này thường mang ba đặc điểm, liệt kê trong Bảng 5.3. Một trong những mô hình đầu tiên được đề xuất trong nghiên cứu sử dụng tiếp cận này là của Newell và Simon, năm 1972. Họ phát triển **giải pháp cho vấn đề chung** hay **GPS,** một hệ thống mô phỏng máy tính sử dụng kỹ thuật gọi là phân tích phương tiện – mục đích.

Phân tích phương tiện – mục đích bao gồm việc so sánh tình trạng công việc ở tình trạng ban đầu, lúc bắt đầu vấn đề, với tình trạng công việc đạt đến khi giải quyết vấn đề, tình trạng đích. Sự khác nhau giữa tình trạng ban đầu và tình trạng đích được biết là **không gian vấn đề** hay **khoảng cách vấn đề.** Nhiệm vụ của yếu tố giải pháp vấn đề chung là phải thu ngắn không gian vấn đề.

Có hai cách để thu nhỏ không gian vấn đề. Một là sử dụng **thuật toán:** quá trình lặp đi lặp lại sau cùng dẫn đến giải pháp. Tuy nhiên, ngay cả trong những vấn đề đơn giản nhất, không gian vấn đề rất rộng, việc tìm hiểu mọi khả năng có thể đều phức tạp. Chẳng hạn, quyết định mỗi

Bảng 5.3 Đặc điểm công việc giải quyết vấn đề bằng máy vi tính

1. *Tình trạng ban đầu được xác định rõ*	Tạo khả năng có thể biết được chính xác điểm xuất phát ở đâu, ngay từ đầu gồm có điều gì.
2. *Tình trạng đích được xác định rõ*	Tạo khả năng có thể biết chính xác giải quyết vấn đề phải cần giải pháp sau cùng nào.
3. *Hành động được xác định rõ*	Sao cho có thể tìm thấy một chuỗi hành động cần thiết để giải quyết vấn đề.

bước đi khi chơi cờ bằng cách nghĩ ra mọi khả năng sau cùng đưa đến giải pháp – nhưng số lượng bước đi có thể nhiều đến mức một máy tính xử lý cả năm!

Con người, khi giải quyết vấn đề không nghĩ ra hết mọi khả năng có thể có được. Thay vào đó họ hoàn toàn tán thành chiến lược như thể chiến lược này chắc chắn tạo ra kết quả tốt nhất – **thử – rút kinh nghiệm**. Thử – rút kinh nghiệm là chiến lược giúp chúng ta tiếp cận vấn đề mỗi lần một bước. Sử dụng tiếp cận thử – rút kinh nghiệm, vấn đề được phân nhỏ thành một loạt mục tiêu phụ, tiến hành một bước, sau đó nghiên cứu khoảng cách vấn đề để xem tình huống là gì. Nếu khoảng cách vấn đề được giảm bớt thì có vẻ như cách thử – rút kinh nghiệm này hữu ích, vì thế được chấp nhận.

Giải pháp cho vấn đề chung cũng sử dụng như chiến lược thử – rút kinh nghiệm. Bằng cách sử dụng phân tích phương tiện – mục đích, có thể phân nhỏ vấn đề thành nhiều giai đoạn hay mục tiêu phụ. Sau đó chọn chiến lược nào có thể giảm bớt không gian vấn đề bằng cách đạt đến mục tiêu phụ ấy. Một khi đạt đến mỗi mục tiêu phụ, GPS sẽ tính toán lại không gian vấn đề và nhận dạng các bước cho phép đạt đến mục tiêu phụ kế tiếp. Bằng cách chấp nhận một chiến lược thử – rút kinh nghiệm, Newell và Simon chứng minh máy tính có khả năng giải quyết vấn đề hiệu quả hơn.

Thử – rút kinh nghiệm có thể rất hữu ích như những "đường tắt" trong giải quyết vấn đề. Nhưng đôi khi chúng có thể nhầm vì chúng ta xem nhẹ các khả năng thay thế – giống như cách phát triển một "trạng thái" suy nghĩ có nghĩa là chúng ta không xem xét đầy đủ những tùy chọn có thể khác. Tuy nhiên, GPS chứng tỏ là thích hợp đối với nhiều vấn đề đơn giản. Ernst và Newell (1969) sử dụng nó để giải các tình huống khó xử khác nhau, kể cả phát hiện chữ kế tiếp trong một dãy số đã cho, bài toán Hobbits và Orcs và Tháp Hà Nội (xem Khung 5.1). GPS giải tất cả những bài toán này thành công, mặc dù không có vẻ làm theo cách hoàn toàn giống với giải pháp của con người.

Phân tích giao thức

Kỹ thuật khác sử dụng trong mô phỏng máy tính được gọi là **phân tích giao thức**. Giao thức là các bước tiến hành khi giải quyết vấn đề. Nhận dạng giao thức mà con người sử dụng trong giải quyết vấn đề đã cho có thể cung cấp thông tin hữu ích cho sự phát triển hệ thống mô phỏng máy tính. Trong nghiên cứu ban đầu về phân tích giao thức, người ta cho rằng việc thu thập các giao thức bằng lời – làm cho con người "suy nghĩ ra", mô tả việc họ đang làm khi giải quyết vấn đề – cho phép các nhà nghiên cứu nhận dạng các bước mà họ đang sử dụng. Tuy nhiên, phương pháp nghiên cứu này vấp phải khó khăn, vì nhiều lý do – lý do chính là điều con người phát biểu thường khác với việc con người làm.

Điều này xảy ra vì nhiều lý do, phần lớn liên quan đến khía cạnh tâm lý học nhận thức chúng ta thảo luận trong vài chương qua. Một trong những trở ngại lớn nhất là cách con người thường không nhận thức đầy đủ việc mình đang làm và tại sao phải làm. Tất cả chúng ta đều có thói quen phát triển và thông lệ tự động, và những thói quen này không phải lúc nào cũng phục tùng ý thức. Chẳng hạn, tác giả rất kém trong việc dạy người khác cơ học ngôn ngữ cơ bản: bởi vì họ quen thuộc với sử dụng ngôn ngữ lưu loát nên khó phân tích ngôn ngữ thành các thành phần.

Nisbett và Wilson (1977) chứng minh nếu bạn yêu cầu con người tự xem xét nội tâm khi họ thực hiện công việc, điều họ phát biểu thông thường là lời biện minh cho việc họ đang làm hơn là lý do giải thích tại sao họ làm như thế. Nhiều công việc được thực hiện không có ý thức rằng con người thường không có khả năng

Khung 5.1 Vấn đề sử dụng mô phỏng máy tính

Hầu hết nghiên cứu ban đầu về mô phỏng máy tính bao gồm việc sử dụng vấn đề rất dứt khoát với mục đích được xác định rõ ràng. Đây là ba bài toán phổ biến nhất thuộc loại này.

1. *Tìm chữ kế tiếp trong chuỗi đã cho*

Giải pháp cho vấn đề (máy tính hay con người) sẽ được cung cấp một dãy chữ như:

F H I L...?

Sau đó hãy phát biểu chữ kế tiếp là chữ gì. Thông thường, bài toán như thế bao gồm mối quan hệ toán học giữa các con số và lượng kiến thức cơ sở được ấn định rõ ràng giống như chuỗi chữ cái ABC được chấp nhận.

2. *Hobbits và Orcs*

Bài toán này được phát biểu như sau:

Ba người Hobbit bắt được ba người Orc trên biên giới xứ Shire. Họ cần đưa tù nhân vượt sông Brandywine để giao tù nhân cho người Ranger ở Bree. Họ đang đứng bên bờ sông với một chiếc xuồng. Thế nhưng, chiếc xuồng mỗi lần chỉ chở được hai người mà ít nhất họ muốn đảm bảo rằng lúc nào số người Hobbit cũng luôn bằng với số người Orc ở bất cứ chỗ nào. Nếu người Orc nhiều hơn người Hobbit thì sẽ tước quyền và giết chết người Hobbit. Làm cách nào để họ vượt sông mà tất cả đều đến nơi an toàn?

Bài toán là một phát biểu ban đầu được xác định rõ ràng và có tình trạng mục tiêu được xác định rõ ràng, cũng có một giải pháp đúng, bao gồm nhiều bước xác định gọi là **giao thức**. Nhiệm vụ của giải pháp cho vấn đề là phải nhận dạng những bước ấy và mô tả chúng theo chuỗi thích hợp.

3. *Tháp Hà Nội*

Đây là bài toán không gian, gồm một tấm bảng với ba chiếc cọc đặt thẳng đứng. Cọc ở một đầu có ba chiếc vòng: cỡ lớn, cỡ vừa và cỡ nhỏ xếp theo thứ tự cỡ lớn nhất nằm dưới cùng. Nhiệm vụ là phải di chuyển ba chiếc vòng sang mốc ở đầu kia sao cho chúng luôn sắp theo thứ tự kích thước, vòng lớn nhất nằm dưới cùng. Nhưng mỗi lần chỉ được di chuyển một vòng, không đặt vòng nào lên phía trên vòng nhỏ hơn chính nó.

Giống như bài toán người Hobbit và người Orc, bài toán này có tình trạng khởi đầu cụ thể hóa, tình trạng mục tiêu cụ thể hóa và số lượng **giao thức** rõ ràng trong việc đi đến giải pháp đúng.

Những loại bài toán này mang tính cụ thể cao, nơi có thể phát biểu chính xác phải tính toán giải pháp ra sao. Nhưng cũng đáng ngờ việc vấn đề được kiểm soát chặt chẽ, cụ thể như thế cho chúng ta biết bất kỳ điều gì trong việc giải quyết vấn đề ở con người. Ý kiến chỉ trích cho rằng giải quyết vấn đề trong đời thực có mục tiêu – mục đích kém rõ ràng hơn và các giai đoạn đạt được giải pháp kém hiển nhiên hơn nhiều.

hiểu biết nội quan đích thực về hành động của mình.

Điều này có nghĩa rằng kỹ thuật là vô dụng. Ericsson và Simon (1980) lập luận rằng việc trích dẫn giao thức lời nói từ người tham gia nghiên cứu sẽ hữu dụng trong hai tình huống: thứ nhất, với điều kiện con người mô tả việc họ làm trong thời điểm ấy chứ không phải việc làm trước kia của họ, và thứ hai với điều kiện điều họ phát biểu được phản ánh trong hành vi sao cho đối với người quan sát có thể làm hai cách đánh giá tương quan. Ericsson và Simon nếu đáp ứng cả hai điều kiện này thì phân tích giao thức lời nói cung cấp thông tin đáng giá cho nhà nghiên cứu.

Hệ thống sản xuất

Một khi giao thức được nhận dạng, điều cần thiết là tìm cách làm cho nó có ý nghĩa. Các mẫu giao thức mà một người tạo ra gọi là **hệ thống sản xuất.** Hệ thống sản xuất bao gồm sự phối hợp điều kiện và hành động: "khi điều kiện giống như thế này, lúc đó bạn mới làm". Một số nhà nghiên cứu nhận thấy có ích khi nghĩ đến những hệ thống này dưới dạng kích thích và phản ứng: bất cứ khi nào có điều kiện này (kích thích) thì chọn hành động ấy (phản ứng). Mặc dù những người khác nhận thấy không hữu ích nhiều khi sử dụng vốn từ này.

Hệ thống sản xuất trên cơ sở giao thức rút ra chỉ từ một người. Hệ thống sản xuất khác nhau được rút ra từ giao thức của người khác. Nhưng những hệ thống sản xuất khác nhau được nhận dạng cũng cần so sánh. Một số cách được chọn giải quyết vấn đề tỏ ra được mong muốn nhiều hơn những cách khác, vì thế phát triển một hệ thống mô phỏng máy tính trên cơ sở hệ thống sản xuất cũng bao gồm cách chọn tùy chọn tốt hơn. Điều này bao gồm việc phát triển **nguyên tắc phân giải mâu thuẫn** sao cho khi một tùy chọn khả dụng giữa hai hệ thống sản xuất khác nhau có thể giải quyết sự chọn lựa ấy theo cách tích cực. Sử dụng hệ thống này, máy tính có khả năng thông qua các bước giải quyết vấn đề được xác định rõ – miễn là vấn đề cũng có một số loại hạn chế trí nhớ có sẵn sao cho tất cả các bước cần thiết đều nằm trong năng lực của máy tính.

Sau đó như có thể thấy, nghiên cứu mô phỏng máy tính đạt được một số thành công trong việc lập trình máy tính để giải quyết vấn đề. Tuy nhiên, khó khăn chính trong nghiên cứu này là chỉ giải quyết vấn đề nào thật cụ thể, được xác định thật rõ ràng. Trong "đời thực", vấn đề chúng ta phải giải quyết kém rõ ràng hơn nhiều, có các thông số rộng hơn. Nếu bạn đánh mất chìa khóa nhà nhưng muốn vào nhà, bạn sẽ do dự khi tiến hành bước đập vỡ cửa sổ vì nhiều lý do - ít nhất không phải vì hành động này sẽ bị bố mẹ hay bạn cùng phòng phản ứng khi họ phát hiện! Khi giải quyết những loại vấn đề này, chúng ta cần áp dụng nhiều kiến thức về thế giới, về người khác và đưa ra các phán đoán mang tính xác suất về hậu quả của một số hành động chắc chắn phải có. Con người rất giỏi trong phán đoán này nhưng máy tính thì không.

Thuyết nối kết

Trong những năm gần đây, nghiên cứu mô phỏng máy tính cố gắng giải quyết vấn đề rộng hơn, được xác định kém rõ ràng hơn, bằng cách sử dụng **xử lý phân phối song song (PDP).** Những hệ thống này nhằm mục đích giải quyết một vấn đề từ nhiều góc độ khác nhau, tạo ra nhiều sự nối kết giữa nhiều tuyến logic khác nhau, chứ không phải áp dụng một kênh lập luận duy nhất và giải quyết vấn đề mỗi lần một bước.

Thực ra, **thuyết nối kết,** như tiếp cận này có nguồn gốc lý thuyết rất lâu đời. Trong tâm lý học, nó trở về tiếp cận giải quyết vấn đề của Thorndike như chúng ta nghiên cứu ở đầu chương này. Quan niệm cho rằng sự hiện hữu của nhiều khả năng có thể có nghĩa là cơ thể sống, hay trong trường hợp này là máy tính, có thể đảm nhận nhiều tập hợp hành động (hay tính toán) có thể, nhưng chỉ một số là có hiệu quả. Những hành động hiệu quả được củng cố, hay tưởng thưởng, gia cố thêm cho sự nối kết ấy giữa thông tin đến và hành động phát sinh.

Thorndike nghiên cứu thuyết nối kết là "sự tập quen" của động vật, quan điểm được W 0. Hebb nắm bắt năm 1949, ông cho rằng sự tập quen bao gồm sự nối kết đang được hình thành giữa các tế bào thần kinh. Mỗi lần một tập hợp tế bào cùng hoạt động để tạo ra kết quả thì sự liên kết giữa chúng được tăng cường, chúng bắt đầu hoạt động như những đơn vị hoàn chỉnh mà Hebb gọi là **tập hợp tế bào.**

Mô hình này được nhiều nhà nghiên cứu trí tuệ nhân tạo tán thành, họ sử dụng mô hình như cách sản xuất hệ thống máy tính có thể "tập quen". Dalenoort (1995) thảo luận cần nỗ lực nào để mô phỏng các loại xử lý thần kinh chắc chắn diễn ra trong não người đòi hỏi một vấn đề nào đó rất khác biệt với việc lập trình trực tiếp. Thay vào đó, Dalenoort cho rằng hữu ích hơn khi tiếp cận nhiệm vụ sử dụng **mạng thần kinh**: tập hợp các tuyến kỹ thuật số liên kết nhau có thể được "đào tạo" để đáp ứng theo cách được ưa thích hơn khi gặp phải một kích thích cụ thể.

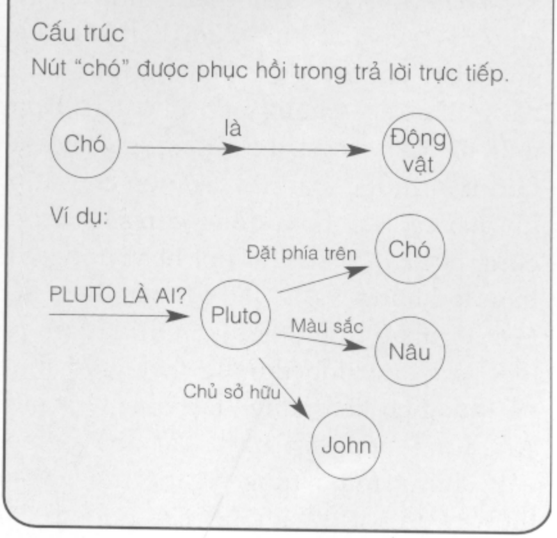
Những mạng này bao gồm việc sử dụng cùng lúc nhiều tuyến song song và "tế bào thần kinh" liên quan sẽ "kích hoạt" khi chúng nhận được kích thích có cường độ thích hợp, giống như cách kích thích trong bộ não. Cũng cần có một chức năng ức chế, qua đó một tế bào thần kinh đã được kích hoạt ít có khả năng bị kích hoạt thêm lần nữa. Đây cũng là cơ chế giống như tế bào thần kinh trong não, chúng ta sẽ nghiên cứu trong Chương 12. Thật hiệu quả, loại hệ thống máy tính này tạo ra những tập hợp tế bào tương đương với những vệt nhớ, khi được kích hoạt, khi thông tin đạt đến một ngưỡng nào đó, và chấm dứt chức năng hoạt động khi chúng không còn thích hợp nữa.

Tiếp theo quan điểm này, Dalenoort (1997) đề cập là nó bất khả thi ra sao khi nghĩ về hệ thống thông tin mô hình phức tạp bằng hệ thống máy tính lập trình sẵn. Thay vào đó, điều quan trọng đối với những ai cố mô phỏng hệ thống như thế là nên tìm hiểu nguyên tắc tự tổ chức, sao cho những hệ thống ấy có khả năng tạo ra cấu trúc kiến thức của riêng chúng. Dalenoort nhận dạng hai loại hệ thống trình bày kiến thức khác nhau được đề xuất để giải thích việc lưu trữ kiến thức của con người: hệ thống ngữ nghĩa học và hệ thống nhận thức. **Hệ thống ngữ nghĩa học** bao gồm sự nối kết đơn giản, trực tuyến giữa các hạng mục thông tin hay "nút" (Hình 5.4). Nhưng trong **hệ thống nhận thức,** sự nối kết giữa các nút cũng khác nhau vì thế hệ thống hoạt động bằng cách kích hoạt sự nối kết giữa các nút khác nhau.

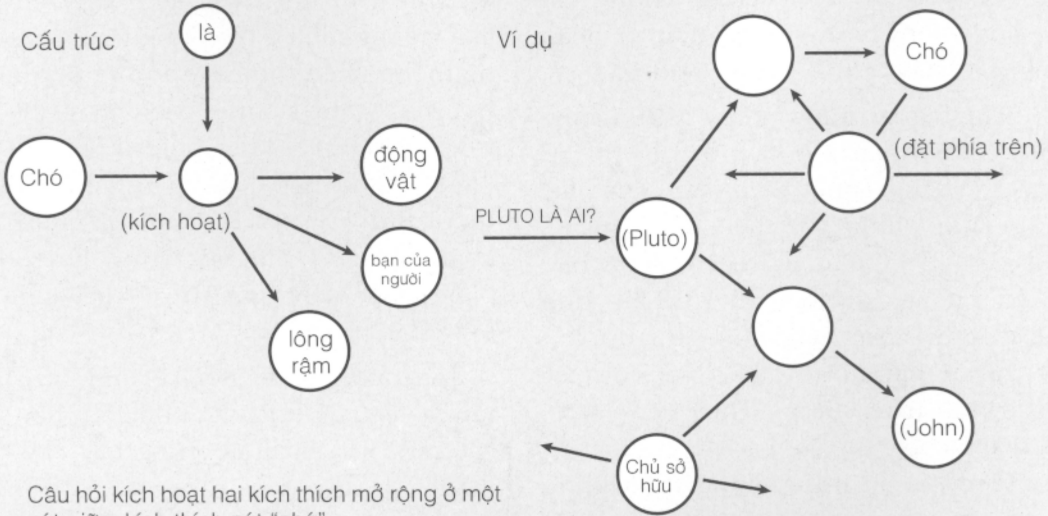
Kết quả của sự nối kết này là có thể tạo ra các mối quan hệ phức tạp hơn giữa các nút, và hệ thống cũng bắt đầu hình thành sự liên kết rộng hơn theo cách giống hệ thống ở con người (Hình 5.5). Có thể nhận thấy từ sự liên kết này hệ thống hoàn toàn không đi đến một lời đáp trực tuyến đối với vấn đề. Sự liên kết cũng kích hoạt các nút liên quan và sự kết hợp theo cách tương tự với sự liên kết ở con người khi gặp cùng loại vấn đề.

DeVries và Van Slochteren (1997) áp dụng tiếp cận này để phát triển một hệ thống máy tính đảm nhận một số nhiệm vụ phức tạp (đối với máy tính) khi xử lý văn bản theo cách giống với cách con người xử lý. Hệ thống của họ là sự mô

Hình 5.4: Hệ thống ngữ nghĩa học



Hình 5.5: Hệ thống nhận thức



Câu hỏi kích hoạt hai kích thích mở rộng ở một nút giữa, kích thích nút "chó".

phỏng hệ thống nhận thức, đòi hỏi áp dụng một bản đồ không gian chung, mô tả đối tượng nằm ở đâu trong mối quan hệ với các đối tượng khác, và bản đồ này dùng để hình thành nguyên tắc về cách liên kết các tập hợp tế bào khác nhau. Mẫu văn bản được xử lý sẽ khởi sự cho nhiều tập hợp tế bào khác, nhưng chỉ những tập hợp có vẻ gần giống nhau, theo bản đồ được xử lý như thể chúng được nối kết.

Một đặc điểm cơ bản của hệ thống là *vệt nhớ* đối với khái niệm "thứ nhất", "thứ hai", v.v… có thể được liên kết trong nhất thời với *vệt nhớ* các hạng mục trong bảng liệt kê – chẳng hạn như chữ trong một từ mới. Trong hệ thống, sự liên kết tạm thời thuộc loại này trở nên chủ động khi hai *vệt nhớ* hoạt động cùng lúc trong cùng bối cảnh. Đây là nơi hoạt động của bản đồ không gian. Nếu *vệt nhớ* được liên kết với nhau trong thời gian đủ lâu thì *vệt nhớ* sẽ mang tính thường trực, giải thích hệ thống có khả năng "tập quen" từ mới. Áp dụng tiếp cận này, các nhà nghiên cứu chứng minh rằng có thể đối với hệ thống cần xử lý không chỉ hướng dẫn cách nhận biết văn bản mà còn nhận biết hình thức văn bản.

Mô phỏng máy tính bị nhiều chỉ trích. Nhiều nhà tâm lý học, kể cả chính tôi, cho rằng nỗ lực mô phỏng quá trình nhận thức của con người không hẳn thành công trên cơ sở não người không phải là máy tính và không xử lý thông tin theo cách tương tự. Điều này rất có thể vẫn là sự thật trong lập luận phức tạp ở con người, qua đó chúng ta hiểu biết thế giới, miêu tả xã hội, nhiều nguồn thông tin và thành kiến khác. Nhưng tiếp cận được Dalenoort cùng đồng nghiệp chấp nhận là một hình thức mô phỏng máy tính tinh vi hơn nhiều, gần với cách hoạt động của con người hơn là tiếp cận ban đầu. Lập mô hình hệ thống nhận thức sử dụng hệ thống tự tổ chức của mạng thần kinh và tập hợp tế bào có vẻ là tuyến nghiên cứu hiệu quả, và rất thú vị khi chứng kiến sự phát triển về sau này.

TRÍ TUỆ NHÂN TẠO

Có nhiều nghiên cứu **trí tuệ nhân tạo** hay gọi tắt là **AI.** Hầu hết hệ thống trí tuệ nhân tạo đều bao gồm sự phát triển hệ thống máy tính giúp con người ra quyết định hay trong một số trường hợp cụ thể thay thế chúng. Có ba lĩnh vực chính trong trí tuệ nhân tạo: chương trình tương tác, hệ thống chuyên gia, và robot.

Chương trình tương tác

Một trong những lĩnh vực làm việc đầu tiên trong lĩnh vực AI là sự phát triển **chương trình tương tác,** là những chương trình tham gia "đàm thoại" với con người thông qua bàn phím máy tính. Một trong những chương trình tương tác đầu tiên và chắc chắn nổi tiếng nhất là chương trình điều trị gọi là **ELIZA.** Khi ELIZA hoạt động, một người ngồi bên bàn phím, nhập câu hỏi vào, máy tính được lập trình trả lời như thể là một nhà trị liệu.

Mặc dù trong thực tế máy tính chỉ phản ứng với các từ khóa nhưng con người tương tác với ELIZA như thể họ đang nói chuyện với một người thật sự, tỏ ra vô cùng giận dữ nếu bị gián đoạn khi "đang hỏi" vấn đề riêng tư của mình với máy. Trong một số trường hợp, con người cũng muốn nhìn thấy nhà trị liệu và đưa ra cuộc hẹn với ELIZA thay vì quyết định nói chuyện với ELIZA hoàn toàn thích hợp, từ chối nhà trị liệu bằng người thật.

Trong một nghiên cứu khác, Abelson và Carroll (1965) phát triển một chương trình tương tác trên cơ sở quan điểm chính trị do một nhà chính trị người Mỹ khuynh hữu biểu hiện. Bằng cách tuân thủ một tập hợp "nguyên tắc" được lập trình, chương trình có khả năng suy luận từ thông tin được cung cấp trong đối thoại và đưa ra câu trả lời rất giống với suy nghĩ của nhà chính trị ban đầu.

Hệ thống chuyên gia

Một lĩnh vực khác trong nghiên cứu trí tuệ nhân tạo liên quan đến hệ thống chuyên gia, bao gồm chương trình máy tính cung cấp cơ sở dữ liệu thông tin bổ sung giúp con người thành thạo khi ra quyết định chuyên môn. Cơ sở dữ liệu bản thân nó không ra quyết định mà chỉ cung cấp tiếp cận dễ dàng đến thông tin đặc biệt để đưa chuyên gia đến một dải rộng kiến thức. Ba thành phần của một hệ thống chuyên gia được liệt kê trong Bảng 5.4.

Mặc dù điều này có vẻ là dễ hiểu, hợp lý, nhưng không phải dễ như thế. Sử dụng máy tính làm hệ thống dự phòng đối với sự thành thạo của con người cũng bao gồm nỗ lực nhận dạng các thành phần kỹ năng thành thạo ở con người và cách khác biệt trong tiếp cận của người mới vào nghề. Chúng ta sẽ xét đến nghiên cứu này ở cuối chương, những chứng minh cho chúng ta thấy có một số khác biệt về chất lượng, cả ở chuyên gia lẫn người mới vào nghề. Vì một lẽ, chuyên gia thường có nhiều kiến thức ẩn, vốn không dễ phát biểu thành lời hay nhập vào cơ sở dữ liệu. Con người rất giỏi trong việc nhận biết các mẫu trật tự cao hay những nét tương đồng, trong khi máy tính thường chỉ có khả năng nhận dạng yếu tố cụ thể của vấn đề và đôi khi những yếu tố này không thích hợp.

Berry (1989) lập luận rằng giải thích về trí tuệ nhân tạo thường không thích hợp

Bảng 5.4: Thành phần trong một hệ thống chuyên môn

1. *Cơ sở kiến thức:*	Cung cấp thông tin cụ thể đối với công việc.
2. *Động cơ suy luận:*	Cho phép máy tính chọn lọc thông tin thích hợp từ dữ liệu dải rộng có sẵn trong cơ sở kiến thức, cần một hệ thống phối hợp so sánh chi tiết của vấn đề mới với thông tin lưu trữ.
3. *"Giao diện quen thuộc với người sử dụng":*	Cho phép người sử dụng thông báo yêu cầu rõ ràng và đơn giản và để hiểu phản ứng ở con người.

theo nghĩa người điều tra thực ra cần biết điều gì, vì chúng thường tập trung vào những khía cạnh thông tin rất cụ thể, trong khi người điều tra thường muốn biết nhiều về các mẫu hay sự tương đồng mơ hồ hơn. Vì thế không chắc hệ thống máy tính thay thế được chuyên gia trong thực tế nhưng chúng có thể cung cấp sự hỗ trợ đáng giá bằng hệ thống thông tin dự phòng.

Robot học

Lĩnh vực nghiên cứu thứ ba trong trí tuệ nhân tạo liên quan đến sự phát triển ngành **robot học**. Robot là những hệ thống di chuyển độc lập tiến hành những hành động cụ thể hay thực hiện các loại công việc cụ thể – từ "robot" bắt nguồn từ động từ "rabotat" trong tiếng Nga, có nghĩa "làm việc". Robot ban đầu chỉ có khả năng đảm nhận những công việc thật cụ thể chẳng hạn như tán đinh rivet để ghép các mảnh kim loại với nhau. Nhưng robot không chỉ đơn thuần là máy tán đinh rivet tự động: chúng có thể làm việc đến mức độ nào đó không có sự hướng dẫn của con người. Robot phối hợp một hệ thống "nhạy cảm" sử dụng để thăm dò môi trường với hệ thống hoa tiêu, sử dụng để di chuyển vòng quanh và hệ thống thi hành sử dụng để thực hiện thao tác trong môi trường. Những hệ thống này được phối hợp bằng **hệ thống điều khiển** để đảm bảo hoạt động phối hợp theo trình tự thích hợp.

Các nhà nghiên cứu phát triển hệ thống robot đã phát triển hệ thống điều khiển phức tạp có thể sử dụng nhiều loại đầu vào khác nhau từ hệ thống "nhạy cảm" để điều chỉnh hoạt động. Họ phát triển máy di động có khả năng di chuyển vòng quanh, phát hiện và tránh vật cản, thậm chí nhặt được những món đồ khác nhau – thao tác mà con người thực hiện không cần phải suy nghĩ nhưng ở robot phải có những tính toán rất phức tạp. Nếu máy nhặt và cầm một đồ vật quá chặt thì đồ vật ấy sẽ vỡ, nếu nắm không chặt thì đồ vật ấy sẽ rơi. Nhận dạng các loại thông tin phản hồi thích hợp để phát hiện những yếu tố này, sau đó "dạy cho" robot biết cách hiểu các loại thông tin ấy vốn là một thách thức đối với các nhà nghiên cứu robot ban đầu. Thật hiệu quả, hệ thống điều khiển cần trang bị hệ thống trí tuệ nhân tạo có khả năng suy diễn từ thông tin đầu vào và phát triển kế hoạch hành động.

Gần đây hơn, các nhà nghiên cứu robot phát triển theo chiều hướng tinh vi hơn. Sigaud (1997) nghiên cứu cách phát triển cơ sở nhận thức hiểu biết đối với hệ thống. Sigaud khởi đầu bằng lý thuyết Piaget (xem Chương 19), cho rằng chúng ta phát triển giản đồ thông qua việc thực hiện các thao tác trên thế giới. Điều này dẫn đến ba vấn đề: thứ nhất, loại cấu trúc nào sẽ tạo ra được thao tác như thế, thứ hai liệu cấu trúc ấy có tương đương với sự hình thành khái niệm ở con người hay không và thứ ba liệu đối với sự hình thành nhận thức có thể bắt đầu từ tabula rasa, không cần kiến thức trước đây hay không.

Sigaud tiếp tục phát triển một hệ thống gọi là "Candide" vốn là một robot có khả năng thực hiện nhiều lệnh dễ hiểu, đơn giản, chẳng hạn như "rẽ trái", "rẽ phải", "đi thẳng", "dừng", v.v... Hệ thống có cơ chế nhạy cảm để cho robot biết khi nào dừng hay rẽ hướng, và những cơ cấu này tạo thành thông tin đầu vào trong hệ thống AI. Đầu ra AI là cách đánh giá điều gì diễn ra do kết quả của những hành động này, chẳng hạn như vận tốc của Candide, vị trí hay khoảng cách của nó so với mục tiêu. Mỗi đầu ra và đầu vào được ấn định một trị số học, biểu thị mức độ di chuyển mà Candide thực hiện.

Sigaud đi đến việc đánh giá sự chênh lệch giữa những giá trị này, sau đó nghiên cứu những giá trị ấy cho một mẫu hệ thống bất kỳ. Tiếp đến là phân tích chi tiết, nghiên cứu các mẫu trật tự cao hơn chẳng hạn như liệu một mẫu đặc trưng có thường lặp lại hay không và nếu có ở thời gian gián đoạn ra sao. Do đó, Candide có khả năng di chuyển vòng quanh bằng việc sử dụng các nguyên tắc và khái niệm chung hơn là hướng dẫn trực tiếp. Candide có thể đáp ứng nhiều loại yêu cầu khác nhau: đi đến một điểm cụ thể rồi ngừng lại, di chuyển vòng quanh trong một khu vực cụ thể, đi từ một khu vực này sang khả năng khác, hay tìm ra con đường đi thích hợp. Có lẽ quan trọng hơn, Candide có khả năng "học hỏi" từ kinh nghiệm: chẳng hạn có thể tìm đường sử dụng hệ thống thử nghiệm, sai sót và củng cố, sau đó sử dụng "khái niệm" chung từ kinh nghiệm trước đây khi tìm thấy một tuyến đường khác.

Loại hệ thống do Sigaud phát triển có vẻ không tạo ấn tượng đặc biệt khi so sánh với sự thoải mái dễ dàng trong thao tác con người trong thế giới tự nhiên. Nhưng công việc ấy phức tạp hơn chúng ta nghĩ rất nhiều. Sự phát triển hệ thống AI hoạt động ở mức độ chung, có thể phát triển "khái niệm" trên cơ sở thao tác của chúng trong môi trường chứ không phải đáp ứng từng chỉ dẫn thật cụ thể là sự phát triển quan trọng.

Cách đây 20 hay 30 năm, người ta cho rằng máy tính sau cùng có thể vượt trội con người. Giả định này không còn thịnh hành như trước nữa. Ngày nay chúng ta đều hiểu rõ rằng máy tính có khả năng làm được việc gì tốt nhất và con người làm được việc gì tốt hơn. Chẳng hạn, không có máy tính nào sử dụng được ngôn ngữ với sự linh động như con người mặc dù một số máy sử dụng tính linh động theo cách rất chung chung. Máy tính không thể áp dụng hiểu biết xã hội tinh vi mà con người sử dụng trong lập luận. Như chúng ta chứng kiến, quan niệm về chu kỳ nhận thức chủ động trong đó giản đồ dự kiến hướng dẫn sự tìm tòi thông tin có chọn lọc, đến lượt thông tin này bổ sung cho giản đồ là khía cạnh mà các nhà nghiên cứu AI chỉ mới bắt đầu ứng dụng.

Nghiên cứu ban đầu về mô phỏng máy tính và trí tuệ nhân tạo thường cho rằng suy nghĩ con người chủ yếu giống như máy tính: trên cơ sở chuỗi logic, sự kết hợp và đầu vào thông tin đơn giản. Tuy nhiên, mô hình nhận thức ở con người khá ngây thơ này thực ra không giống như cách con người suy nghĩ. Khi các chuyên gia AI nhận thức được nhiều hơn về tính phức tạp trong nhận thức ở con người thì họ có khả năng phát triển các hệ thống máy tính tinh vi hơn, gần giống với cách con người sử dụng kế hoạch, xác suất và kinh nghiệm. Nhưng các nhà nghiên cứu vẫn còn tìm hiểu lập luận của con người, luôn nghiên cứu những khía cạnh mới.

LẬP LUẬN VÀ KHẢ NĂNG THÀNH THẠO

Nghiên cứu lập luận ở con người cho thấy, không giống máy tính, con người không phải lúc nào cũng hoạt động theo logic. Năm 1966, Wason mô tả một số đặc điểm cơ bản về cách lập luận ở con người chứng minh rằng tính logic ở con người không giống như tính logic hình thức mặc dù tỏ ra cực kỳ hữu dụng trong đời sống hàng ngày. Một trong những đặc điểm này là cách con người khi xử lý những phát biểu tiêu cực phải mất thời gian lâu hơn khi xử lý phát biểu tích cực, thậm chí khi hai phát biểu đều tương đương về mặt logic. Đối với con người, muốn phát triển ý nghĩa của câu: "Tôi không dắt chó ra ngoài nếu trời không nắng" lâu hơn câu "Tôi chỉ dắt chó ra ngoài khi trời nắng".

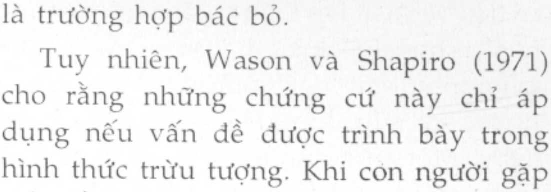
Thành kiến khẳng định

Đặc điểm khác trong lập luận ở con người mà Wason nhận dạng là cách chúng ta nghiên cứu thông tin củng cố cho giả thuyết đã hình thành hơn là tìm kiếm thông tin để bác bỏ giả thuyết – cho dù việc bác bỏ có thể là việc làm logic. Trong một nghiên cứu của Wason (Wason 1968), đưa cho người tham gia xem bốn phiếu, mỗi phiếu lật ngửa có chữ và số E, K, 4 và 7 (xem Hình 5.6) người tham gia được cho biết mỗi phiếu mặt này có chữ còn mặt kia có số. Sau đó hỏi người tham gia họ cần lật phiếu nào nếu muốn biết câu phát biểu "nếu một phiếu một mặt có một nguyên âm thì phải có số chẵn ở mặt kia" là đúng hay không.

Hầu hết người tham gia nghiên cứu phải chọn một trong hai câu trả lời. Hoặc họ chỉ chọn phiếu E hoặc chỉ chọn phiếu có chữ E và phiếu có số 4. Nhưng thực ra câu trả lời đúng là E và 7. Ở phiếu số 4 mặt kia có chữ gì không quan trọng vì qui tắt không phát biểu phiếu số 4 phải có một nguyên âm ở mặt kia – chỉ phát biểu phiếu E phải có một số chẵn. Nhưng phiếu số 7 mặt kia là chữ gì cũng không quan trọng vì nếu phiếu số 7 có chữ E ở mặt kia sẽ bác bỏ qui tắc. Nếu phiếu E ở mặt kia là số lẻ thì cũng bác bỏ qui tắc. Vấn đề là người chọn phiếu số 4 là một minh họa cho thấy chúng ta thường tìm kiếm những trường hợp khẳng định hơn là trường hợp bác bỏ.

Tuy nhiên, Wason và Shapiro (1971) cho rằng những chứng cứ này chỉ áp dụng nếu vấn đề được trình bày trong hình thức trừu tượng. Khi con người gặp vấn đề trong hình thức "đời thực" chẳng hạn đi đến Manchester hay Leeds bằng ô tô hay tàu hỏa thì hơn 60% giải quyết vấn đề thích hợp. Griggs và Cox (1982) chứng minh rằng khi học sinh Mỹ (không biết Manchester hay Leeds) gặp phiên bản tương tự, họ thực hiện rất tồi như lúc gặp phiên bản trừu tượng. Nhưng họ không khó khăn khi tìm ra giải pháp đúng nếu vấn đề liên quan đến thành phố mà họ quen biết.

Hình 5.6 Phiếu do Wason sử dụng



Những chứng cứ này ngụ ý rằng con người có khuynh hướng tìm kiếm những trường hợp khẳng định là không tránh khỏi. Nếu chúng ta giải quyết thông tin đời thực thì có thể đủ sức giải quyết những tình huống khó xử này. Nhưng nếu chúng ta giải quyết thông tin trừu tượng hay vô nghĩa thì lại thường tìm kiếm trường hợp khẳng định và có nghĩa lập luận không chính xác.

Áp dụng hiểu biết xã hội

Wason và Johnson-Laird (1972) chứng minh rằng con người áp dụng hiểu biết rộng của mình về điều gì có thể xảy ra khi họ suy luận hay suy diễn, và điều này cũng có nghĩa rằng con người không lập luận theo logic hình thức chặt chẽ. Chẳng hạn, nếu bạn nghe ai đó nói: "Chủ nhật tôi sẽ đi dạo nếu như trời đẹp", chắc chắn bạn sẽ kết luận rằng nếu hôm ấy trời mưa thì họ sẽ không đi dạo. Đối với con người, điều này có vẻ hợp lý.

Đối với máy tính hoạt động bằng logic hình thức thì khả năng đi dạo lúc trời mưa cũng ngang bằng với khả năng đi dạo lúc trời nắng vào ngày Chủ nhật ấy vì họ không nói nếu mưa thì không đi mà chỉ nói chung chung đi dạo. Theo logic hình thức, khi phát biểu "Tôi sẽ làm việc này nếu..." không phải có nghĩa như khi nói "Tôi sẽ không làm điều này nếu không ...". Nhưng trong sinh hoạt hàng ngày nói chung hai câu này hiểu như nhau.

Henle (1962) cho rằng người ta thường phạm những sai sót logic này vì họ tập trung vào câu phát biểu, cho dù câu ấy đúng hay sai hơn là tập trung vào ý nghĩa được ngụ ý về mặt logic. Trong Chương 4, chúng ta đã hiểu cách con người đọc để tìm nghĩa, vì thế thường không nhớ chính xác mình đã đọc những từ nào. Cũng giống như lúc nói chuyện với nhau. Braine, Reiser và Rumain (1964) chứng mình mong đợi xã hội đã tạo ra loại sai sót này. Chúng ta nghĩ người khác nói với chúng ta những điều chúng ta cần biết, chẳng hạn chúng ta suy luận trời đẹp là điều kiện duy nhất để người bạn đi dạo. Vả lại, suy luận của chúng ta thường chính xác: nếu ai đó bảo rằng họ đi dạo khi trời đẹp thì cũng luôn có nghĩa rằng họ sẽ ở nhà khi trời mưa. Đây không phải là logic hình thức nhưng lại điển hình trong lập luận ở con người.

Chúng ta chỉ dựa vào hiểu biết xã hội chung về loại giao tiếp này. Chúng ta thường không phát biểu thẳng thắn điều mình muốn nói vì biết rằng người khác sẽ suy luận ra. Một trong những trở ngại chính khi áp dụng tiêu chuẩn logic chặt chẽ vào lời nói con người là bỏ qua khía cạnh giao tiếp xã hội, hiểu biết và giả định chung mà con người sử dụng khi nói chuyện với nhau.

Vì thế trong một số khía cạnh, lập luận ở con người có thể xem là hoàn toàn khác biệt với logic hình thức. Vấn đề quan trọng là tranh luận liệu những đặc điểm lập luận ở con người có được xem như "sai sót" hay không hay khi chứng cứ cho thấy lập luận ở con người tinh vi, phức tạp hơn hệ thống logic, vì lập luận ở con người bao gồm toàn bộ bối cảnh xã hội và hành động có thể được con người chọn cũng như yếu tố "thuần túy" trong vấn đề.

Johnson-Laird (1983) lập luận rằng bản chất của vấn đề không phải là điều gì đúng hay sai mà là cách con người tạo ra các mẫu suy nghĩ khi cố gắng giải quyết vấn đề. Nếu chúng ta hiểu biết về thế giới nhiều hơn, các mẫu suy nghĩ hiện có chắc hẳn thích hợp hơn, vì thế dẫn đến lập luận xã hội hiệu quả. Nếu chúng ta hiểu biết hạn chế như trong một vấn đề trừu tượng thì dễ dẫn đến những mẫu suy nghĩ không thích hợp, kết quả gặp phải trở ngại hay khó khăn.

TÍNH CHẤT CHUYÊN GIA

Nghiên cứu hệ thống chuyên gia trên cơ sở máy tính như chúng ta chứng kiến, dẫn đến một lĩnh vực nghiên cứu khác, tìm hiểu tính chất chuyên gia ở con người. Chuyên gia trong lĩnh vực của riêng họ khác hẳn với người thường: có vẻ họ sử dụng khả năng thành thạo của mình theo cách mà người khác nhận thấy là mình không làm được. Nói chung, tiếp cận trong giải quyết vấn đề và lập luận của họ hoàn toàn khác hẳn với tiếp cận ngây thơ hơn ở những người không phải là chuyên gia. Vì thế một số nhà tâm lý học cố nhận dạng những khác biệt ấy là những gì và chuyên gia làm cách nào mới đạt được sự thành thạo ấy.

Vai trò của thực hành

Một trong những nguyên tắc hàng đầu để đạt đến khả năng thành thạo là thực hành. Chase và Simon (1973) nghiên cứu một số đặc điểm dễ phân biệt ở chuyên gia, một trong những điều quan trọng nhất nổi bật là lượng thời gian họ bỏ ra để trau dồi kỹ năng. Chase và Simon ước tính rằng hầu hết những bậc thầy cờ vua thường học ít nhất 9 hay 10 năm mới có được trình độ như hiện tại. Chúng ta đã chứng kiến thực hành quan trọng ra sao trong việc nuôi dưỡng tính sáng tạo – người có tính sáng tạo cao cũng thường có khả năng thành thạo cao – khi nghiên cứu học tập kỹ năng trong Chương 18 chúng ta nhận thấy kỹ năng cụ thể cũng quan trọng tương đương.

Nhưng thực hành không dẫn đến sự cải thiện dần dần, trôi chảy. Lesgold (1984) chứng minh rằng việc đạt đến khả năng thành thạo không phải là một quá trình trực tuyến – không phải lúc nào chúng ta cũng khá hơn. Thay vào đó, nếu học tập một vấn đề, chúng ta thường lúc đầu có kết quả rất tệ sau đó mới khá hơn. Khi các nhân viên X-quang giải thích ảnh chụp tia X, đường cong chữ U hoạt động thành công phát triển khi họ tiến bộ trong đào tạo. Lesgold nhận thấy người mới vào nghề thường có khuynh hướng ra quyết định đơn giản, dễ hiểu, "y như kinh" đôi lúc đồng ý dễ dãi dù không phải luôn luôn như thế. Nhân viên X-quang trong các giai đoạn giữa thường tệ hơn khi áp dụng nhiều yếu tố và sự tinh vi trong giải thích ảnh chụp, nhưng giai đoạn này chỉ tạm thời, hình thành cơ sở tinh vi hơn để phát triển khả năng thành thạo thật sự.

Phối hợp và chiến lược

Lượng thời gian thực hành khổng lồ ở chuyên gia tạo ra một số khác biệt cụ thể giữa chuyên gia và người mới vào nghề. Năm 1973, Chase và Simon chứng minh khi chơi cờ, chuyên gia xem trò chơi theo nghĩa mối quan hệ giữa các quân cờ trong khi người mới vào nghề chỉ quan sát các quân cờ riêng lẻ. Người nghiên cứu cũng nhận thấy kỳ thủ thành thạo "phối hợp" thông tin tốt hơn người mới tập chơi và nhớ nhiều nước đi hơn. Họ cho rằng sở dĩ có điều này vì người chơi cờ thành thạo nhớ nhiều hơn người mới tập chơi.

Holding, năm 1985, không thừa nhận lời giải thích này cho rằng kỹ năng cải thiện dẫn đến trí nhớ tốt hơn chứ không phải là cách nào khác. Holding và Reynolds (1982) chứng minh rằng kỹ năng chơi cờ cũng khác nhau thậm chí khi không có khác biệt nào về trí nhớ giữa các kỳ thủ. Họ lập luận người thành thạo áp dụng chiến lược hoàn toàn khác với người mới tập chơi – nói chung họ thường phát triển từ tình trạng đã cho hướng đến mục tiêu trong khi người mới tập chơi lúc đầu thường nhắm đến mục tiêu họ muốn đạt được rồi sau đó mới từ mục tiêu đi ngược trở lại. Nếu thế, loại phân tích phương tiện– mục đích được chấp nhận trong nghiên cứu mô phỏng máy tính mang nhiều nét tương đồng với cách người bắt đầu tập chơi giải quyết vấn đề hơn là hành vi của người chơi thành thạo.

Trong nghiên cứu chẩn đoán y khoa đối với người thành thạo, có vẻ họ sử dụng sự phối hợp giữa các chiến lược tiến về phía trước và lui về phía sau. Johnson (1984) chứng minh rằng chuyên gia thường áp dụng kỹ thuật suy diễn theo giả thuyết, lập luận từ chứng cứ rồi sau đó hình thành giả thuyết trên cơ sở lập luận ấy. Các nhà nghiên cứu nhận thấy cả người thành thạo lẫn người mới bắt đầu đều làm điều này nhưng người thành thạo bắt đầu làm cho giả thuyết cụ thể hơn vào giai đoạn đầu.

Đặc điểm chuyên gia

Green và Gilhooly (1992) tổng kết nghiên cứu về chuyên gia bằng cách nhận dạng năm khía cạnh khả năng thành thạo ở con người được tóm tắt trong Bảng 5.5. Ba khía cạnh đầu về đặc điểm của khả năng thành thạo, khía cạnh đầu tiên trong số này đơn thuần là chuyên gia nhớ thông tin tốt hơn. Có lẽ vì họ hiểu biết sâu sắc về vấn đề nhiều hơn, nên có khả năng lưu trữ nhiều thông tin hơn, và sử dụng trong những thời điểm thích hợp. Thứ hai là chuyên gia sử dụng kỹ thuật và chiến lược giải quyết vấn đề khác nhau, thứ ba là họ có cách trình bày vấn đề cho bản thân tốt hơn – nói cách khác, hiểu biết của họ về vấn đề trong thực tế bao gồm điều gì, khác hẳn và rõ ràng hơn.

Hai khía cạnh sau cùng của chuyên gia do Green và Gilhooly (1992) nhận dạng liên quan đến cách cá nhân trở thành

Bảng 5.5 Đặc điểm chuyên gia

1. Chuyên gia nhớ tốt hơn.
2. Chuyên gia sử dụng kỹ thuật giải quyết vấn đề khác nhau.
3. Chuyên gia hiểu vấn đề theo cách khác.
4. Chuyên gia biết nhiều hơn.
5. Chuyên gia áp dụng kiến thức của mình rộng khắp.

Nguồn: Green và Gilhooly, 1992

chuyên gia. Điểm thứ nhất trong số này (đặc điểm thứ tư trong toàn bộ liệt kê) là vấn đề khả năng thành thạo không bắt nguồn từ một năng lực cơ bản bất kỳ mà bắt nguồn từ lượng hiểu biết của cá nhân đối với lĩnh vực cụ thể. Điểm sau cùng là cách con người trở nên thành thạo, thông qua thực hành. Nói cách khác người ta trở nên thành thạo khi nắm bắt nhiều kiến thức, và áp dụng kiến thức ấy liên tục sao cho kiến thức được sử dụng thích hợp cho những tình huống và hoàn cảnh khác nhau. Người ta không thành thạo vì họ có một số loại phẩm chất đặc biệt mà người khác không có.

RA QUYẾT ĐỊNH

Giải quyết vấn đề chỉ là một minh họa suy nghĩ hướng đến mục tiêu. Mặc dù đôi lúc suy nghĩ hướng đến mục tiêu không phải là tìm ra lời đáp dứt khoát – mà là ra quyết định. Chúng ta luôn ra quyết định từ quyết định không quan trọng (Trưa nay ăn món gì?) cho đến quyết định quan trọng ảnh hưởng đến cả cuộc đời (Nên chọn ngành kế toán hay khoa học).

Các nhà nghiên cứu ra quyết định nhận dạng nhiều nguyên tắc hay chính xác hơn, **thử – rút kinh nghiệm** , trong khâu ra quyết định của con người. Như chúng ta đã biết, thử – rút kinh nghiệm là kinh nghiệm tỏ ra hiệu quả khi được áp dụng trong hầu hết các tình huống. Có bốn điểm chính: tính đại diện, tính khả dụng, tính tin cậy và khuôn khổ quyết định. Nhưng trong Chương 2, đôi khi dễ nhận dạng cơ chế tâm lý học hơn khi sự việc diễn biến không đúng cách vì thế nhiều nghiên cứu ra quyết định tập trung vào thời điểm khi việc áp dụng phép thử – rút kinh nghiệm này dẫn đến sai lầm.

TÍNH ĐẠI DIỆN

Một trong những phép thử – rút kinh nghiệm mà chúng ta áp dụng khi ra quyết định liên quan đến **tính đại diện.** Chúng ta phán đoán liệu một minh họa hay một trường hợp đã cho có mang tính điển hình hoặc đại diện hay không, xuất phát từ dân số và đặt cơ sở cho các quyết định của chúng ta về những điều này.

Định lý Bayes

Trong luận văn nổi tiếng về ra quyết định, Kahnemann và Tversky (1973) cho rằng khi chúng ta phát triển phán đoán xác suất thực ra là sử dụng **định lý Bayes** phát biểu rằng xác suất chịu ảnh hưởng bởi hai yếu tố: tỉ lệ khả năng có thể có và mức độ cơ bản. **Tỉ lệ khả năng có thể** là trong trường hợp đã định chắc hẳn phát xuất từ một nguồn cụ thể như thế nào đối lập với các nguồn có thể khác. Khi đánh giá tỉ lệ này, thực ra chúng ta xét đến việc trường hợp ấy điển hình ra sao trong nhóm hay nguồn cụ thể ấy – nếu cố gắng quyết định xem một người nào đó có phải là kỹ sư hay nhạc sĩ thì chúng ta phải xét đến nhân cách của họ (hoặc chúng ta biết gì về nhân cách) có mang tính điển hình của kỹ sư nhiều hơn tính điển hình của nhạc sĩ nói chung hay không và như thế chúng ta áp dụng tỉ lệ khả năng có thể có.

Nhưng yếu tố khác cũng quan trọng không kém là việc đánh giá một vấn đề có lẽ bao gồm thông tin **mức độ cơ bản** ra sao về số lượng trường hợp xảy ra trong dân số nói chung (so sánh với nhóm khác). Nếu chúng ta xét đến dân số chỉ có một vài nhạc sĩ nhưng nhiều kỹ sư thì xác suất cho rằng cá nhân ấy là kỹ sư sẽ cao hơn.

Kahnemann và Tversky phát hiện rằng con người thường xem nhẹ thông tin mức độ cơ bản khi họ phán đoán về xác suất. Trong một minh họa, Kahnemann và Tversky (1973) tiến hành nghiên cứu trong đó người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đoán nghề nghiệp người khác từ một loạt thông tin được cung cấp. Trong mỗi công việc, người tham gia được phát bảng mô tả về cá nhân, phải chọn ngẫu nhiên từ một loạt gồm 100 bảng mô tả như thế. Họ cũng được cung cấp thông tin mức độ cơ bản về 100 bảng mô tả ban đầu chẳng hạn như 70% mô tả ám chỉ kỹ sư trong khi 30% ám chỉ luật sư.

Mô tả thực sự được cung cấp áp dụng tương đương cho kỹ sư lẫn luật sư. Chẳng hạn, mô tả điển hình có thể như sau:

John, 30 tuổi, đã có vợ, hai con, khả năng và động cơ thúc đẩy cao, hứa hẹn thành công trong nghề nghiệp, được đồng nghiệp yêu mến.

Vì cả hai sự lựa chọn nghề nghiệp đều hợp lý, logic chặt chẽ sẽ cho rằng người tham gia nghiên cứu trở về thông tin mức độ cơ bản mà họ được cung cấp, kết luận rằng 70% xác suất John là kỹ sư và 30% xác suất John là luật sư. Nhưng thực ra, người tham gia nghiên cứu không làm như thế. Họ nhìn vào bảng mô tả và phán đoán khả năng có thể có của hai nghề ngang nhau – nói cách khác, họ hoàn toàn phớt lờ thông tin mức độ cơ bản.

Có vẻ nếu chúng ta muốn người khác lưu ý đến thông tin mức độ cơ bản thì chúng ta phải nhấn mạnh. Manis *và người khác* (1980) tiến hành nghiên cứu trong đó người tham gia nghiên cứu đánh giá người trong một loạt các ảnh chụp có thái độ ủng hộ việc sử dụng hợp pháp cần sa ra sao. Trong nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu được cung cấp thông tin mức độ cơ bản liên tục thay vì chỉ được cung cấp một lần. Khi quyết định về xác suất họ phải chú ý đến thông tin nhiều hơn người tham gia nghiên cứu trong nghiên cứu ban đầu của Kahnemann và Tversky. Nisbett và Ross (1980) cho rằng việc làm cho thông tin mức độ cơ bản rõ ràng hơn và sống động hơn cũng làm tăng khả năng người khác chú ý đến nó.

Mặc dù, nói chung chúng ta thường chú ý đến khả năng có thể hơn là mức độ cơ bản khi phán xét. Có vẻ có nhiều lý do liên quan đến lời giải thích tại sao chúng ta làm như thế này và phần lớn xoay quanh thái độ sẵn sàng để ý đến một mẫu cụ thể xem đó là đại diện cho dân số. Chẳng hạn, mặc dù chúng ta biết rằng một mẫu lớn về thống kê chắc chắn tượng trưng cho dân số nhiều hơn là mẫu nhỏ, chúng ta vẫn xử lý mẫu nhỏ như thể chúng mang tính điển hình.

Kết quả ngẫu nhiên và theo mẫu

Thực ra, phán đoán của chúng ta về tính đại diện không tuân thủ chặt chẽ với xác suất thống kê. Chẳng hạn: rất có thể chúng ta đánh giá một mẫu mang tính đại diện cho dân số nhiều hơn nếu xét ngẫu nhiên hơn là theo mẫu – ngay cả kết quả theo mẫu rất có thể xảy ra. Nếu bạn tung đồng xu 6 lần rất có thể sẽ được kết quả "ngửa, ngửa, ngửa, úp, úp, úp" cũng như "ngửa, ngửa, úp, ngửa, úp, ngửa" nhưng nếu chỉ đoán có hai loại kết quả này thì chúng ta thường nghĩ loại thứ hai có khả năng xảy ra nhiều hơn loại thứ nhất vì loại thứ nhất theo mẫu trong khi loại thứ hai có vẻ ngẫu nhiên.

Kahnemann và Tversky (1972) kể lại chuyện ném bom London ngẫu nhiên trong Thế chiến II dẫn đến kết quả một số vùng bị ném bom nhiều lần trong khi vùng khác bình yên vô sự. Họ chứng minh điều này hoàn toàn có khả năng xảy ra với việc ném bom ngẫu nhiên – thực ra có thể là chuyện kỳ lạ vì theo định nghĩa ném bom ngẫu nhiên không hề tạo ra tác dụng cân bằng hoàn toàn. Nhưng người ta vẫn cho rằng mẫu ném bom là theo kế hoạch và những vùng bị ném bom là mục tiêu ném bom có hệ thống.

TÍNH KHẢ DỤNG

Phép thử – rút kinh nghiệm khác mà chúng ta sử dụng khi ra quyết định liên quan đến tính khả dụng thông tin. Một số mẫu thông tin dễ xuất hiện trong tâm trí hơn các mẫu khác, vì thế chúng có khả năng ảnh hưởng đến quyết định của chúng ta nhiều hơn.

Tính sống động

Minh họa ném bom ngẫu nhiên chứng minh ảnh hưởng của minh họa và trí tưởng tượng sống động. Minh họa dễ hình dung, ấn tượng tác động đến suy nghĩ của chúng ta nhiều hơn là thông tin trừu tượng khô khan. Số liệu thống kê cho thấy số ca bệnh AIDS ở các nước châu Phi phát triển rộng khắp và nguy kịch hơn Mỹ hay Anh. Nhưng nhiều người đoán rằng căn bệnh ở thế giới phương Tây còn nguy kịch hơn, vì minh họa số người chết vì bệnh AIDS ở Anh và Mỹ cụ thể và sống động hơn. Những hình ảnh cụ thể và sinh động này hiện ra trong tâm trí khi chúng ta nghĩ về bệnh AIDS – chúng "khả dụng" hơn thông tin thống kê. Về tâm lý học, con số hoàn toàn không có nghĩa đối với chúng ta, nhưng trường hợp cụ thể lần lượt khiến chúng ta có suy nghĩ thành kiến.

Chữ viết

Yếu tố khác trong phán đoán và quyết định là chúng ta phải xoay xở với chữ viết hàng ngày. Nếu hình dung một tình huống hợp lý trong đó sự việc có thể xảy ra, cần đến hiểu biết xã hội hiện có và những gì chúng ta biết về khả năng có thể xảy ra cũng như biện pháp thay thế, thì khi đó chúng ta sử dụng chữ viết làm cơ sở quyết định của mình. Nếu không nghĩ ra được chữ viết hợp lý thì chúng ta phán đoán tùy chọn đã cho là không thể. Vì thế, chẳng hạn, một người quyết định chọn nghề bác sĩ vì họ có thể gợi nhớ một chữ viết hợp lý thi đậu các kỳ thi, vào ngành y, được đào tạo và v.v... nhưng họ từ bỏ tham vọng trở thành phi công vì không thể hình dung bản thân mình trải qua khóa đào tạo và quá trình thích hợp – đối với họ, chữ viết hoàn toàn không hợp lý, vì thế tùy chọn nghề nghiệp ấy không tính đến. Dĩ nhiên, phán đoán hoàn thành ước nguyện của mình – một người không tính đến tùy chọn nghề nghiệp phi công không có những hành động cần thiết, vì thế sau đó tùy chọn không tính đến không thể xảy ra nữa.

Có những trường hợp khác trong đó chữ viết ảnh hưởng đến quyết định. Chẳng hạn, Abelson (1976) đưa ra minh họa quyết định liệu có nhận một sinh viên vào khóa nghiên cứu sinh hay không vì sinh viên cụ thể này làm cho các thành viên trong ủy ban nhớ lại trường hợp tương tự cách đây nhiều năm. Trường hợp trước đây nêu ra một chữ viết hợp lý cho các thành viên ủy ban khi ra quyết định và chữ viết ấy hình thành cơ sở quyết định của ủy ban đối với nhiều trường hợp sau này – mặc dù cả hai hóa ra hoàn toàn khác hẳn nhau.

Tương quan ảo giác

Một trong những khuynh hướng cơ bản nhất trong suy nghĩ con người là tìm nguyên nhân hay lý do giải thích sự việc diễn ra. Trong tâm lý học xã hội, số lượng nghiên cứu hiện đại quan tâm đến việc điều nghiên **quy kết nhân quả** - lý do giải thích tại sao sự kiện hay hành vi xảy ra. Nhưng chúng ta có khuynh hướng chung phát triển giải thích về kinh nghiệm cụ thể cũng như xã hội. Một phần của khuynh hướng ấy là cách chúng ta rất có thể xem sự kiện được kết hợp theo nhiều cách. Khi quyết định, sự kết hợp này dẫn đến sai lầm gọi là **tương quan ảo giác,** trong đó hai sự việc hoàn toàn riêng biệt được xem có ảnh hưởng với nhau trong một số cách.

Chapman và Chapman (1969) nghiên cứu tương quan ảo giác theo cách thầy thuốc lâm sàng sử dụng **xét nghiệm xạ ảnh,** là những trắc nghiệm cho rằng bệnh nhân thể hiện mâu thuẫn tiềm thức hay xung lực vào vật liệu xét nghiệm. Một trong những trắc nghiệm mà họ nghiên cứu là trắc nghiệm "vẽ người" trong đó yêu cầu người tham gia vẽ hình một người, giả định rằng hình vẽ này để lộ một vài khía cạnh nhân cách tiềm ẩn. Nhiều nghiên cứu chứng minh rằng không hề có sự tương quan nào giữa cả hai, nhưng Chapman và Chapman nhận thấy nhiều thầy thuốc lâm sàng tin rằng rối loạn nhân cách được phát hiện qua đặc điểm nét vẽ – chẳng hạn bệnh nhân hoang tưởng thường vẽ hình có đôi mắt mở to, nhìn trừng trừng.

Chapman và Chapman (1969) yêu cầu bệnh nhân tâm thần vẽ hình người, so sánh những hình vẽ ấy theo cách hoàn toàn ngẫu nhiên với mô tả triệu chứng. Khi họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu xem hình vẽ và triệu chứng đi kèm, phát biểu hình vẽ nào kèm theo triệu chứng nào thì họ nhận thấy người tham gia báo cáo sự tương quan giữa triệu chứng và đặc điểm hình vẽ cho dù không hề có chứng cứ nào trên cơ sở thông tin cung cấp cho họ. Nói cách khác, họ báo cáo sự tương quan thực ra không có ở đó – tương quan ảo giác.

Tversky và Kahnemann (1973) giải thích tương quan ảo giác cụ thể này theo nghĩa tính khả dụng thông tin. Sự hoài nghi thường đi kèm với cặp mắt, vì thế cặp mắt sẽ hiện ra trong tâm trí nếu đoán một người bị bệnh hoang tưởng. Một giải thích khác là xét đến tính đại diện xã hội – suy nghĩ chung thịnh hành trong xã hội – dẫn chúng ta đến việc chấp nhận suy nghĩ và giả định xã hội về bản chất con người và thực tế, cho dù đôi lúc những suy nghĩ và giả định này mâu thuẫn với kinh nghiệm cá nhân của riêng mình. Chúng ta khảo sát điều này chi tiết hơn trong Chương 15.

TÍNH TIN CẬY

Tính tin cậy là một phép thử – rút kinh nghiệm mạnh mẽ khác khi chúng ta ra quyết định. Nếu cố đoán một sự việc phổ biến đến mức nào thì chúng ta thường nắm bắt hình ảnh đầu tiên nhìn thấy, sử dụng hình ảnh này làm cơ sở phỏng đoán. Tversky và Kahnemann (1974) hỏi người tham gia nghiên cứu nhiều câu yêu cầu đánh giá số lượng – chẳng hạn tỉ lệ các nước châu Phi tham gia Liên Hiệp Quốc chiếm bao nhiêu %. Họ quay bánh xe để có được con số ngẫu nhiên từ 0 đến 100 rồi yêu cầu người tham gia nghiên cứu cho họ biết liệu câu trả lời có cao hay thấp hơn con số trong vòng quay. Thật thú vị, tất cả những người tham gia nghiên cứu sử dụng con số có vẻ làm cơ sở cho câu trả lời. Nếu số thấp thì người tham gia nghiên cứu đoán thấp, nếu số cao thì họ đoán cao. Ngay cả khi các nhà nghiên cứu yêu cầu người tham gia nên đoán chính xác thì tác dụng tin cậy vẫn rõ nét.

Northcraft và Neale (1987) yêu cầu đại lý bất động sản và học sinh trường kinh doanh đánh giá giá trị của một căn nhà cụ thể, bao gồm giá quảng cáo thích hợp, giá hợp lý phải trả nếu bạn mua nhà và mức chào giá thấp nhất có thể chấp nhận. Một số người tham gia nghiên cứu được phát một bảng giá với giá cao trong khi người khác nhận bảng giá với mức giá khởi đầu thấp hơn. Trong mọi trường hợp, họ nhận thấy ước đoán chủ yếu lệ thuộc vào bảng giá phát cho người tham gia nghiên cứu. Những người nhận bảng giá cao đoán cao hơn những người nhận bảng giá thấp. Ngoài ra, tác dụng này ảnh hưởng, thậm chí trong trường hợp đại lý bất động sản sử dụng phán đoán độc lập theo loại này. Thực tế, hiệu ứng tin cậy có vẻ mang tính thử – rút kinh nghiệm đối với việc ra quyết định ở con người.

Sự mắc bẫy

Sự mắc bẫy xảy ra khi ai đó cảm thấy mình không thể thoát ra khỏi một tình huống đã đầu tư quá nhiều trong đó. Chẳng hạn hãy hình dung rằng bạn có một chiếc ô tô cũ cần sửa chữa khá tốn kém. Bạn mang xe đi sửa nhưng ngay sau đó xe lại bị trục trặc ở bộ phận khác. Bạn có bỏ thêm tiền cho lần sửa sau này khi đã lãng phí khá nhiều tiền trong lần sửa trước hay không? Bạn có quyết định bỏ cuộc và bỏ luôn xe hay không? Quá trình mắc bẫy ngụ ý rằng bạn dễ dàng chi tiêu số nhiều hơn giá trị của xe đơn thuần vì bạn cố đảm bảo rằng số tiền mình chi xài không bị lãng phí.

Sự mắc bẫy xảy ra trong nhiều tình huống khác nhau từ việc tiếp tục mối quan hệ không thỏa mãn chỉ vì lượng thời gian bạn bỏ ra, cho đến việc quyết định trước và cố gắng đọc cho hết quyển sách nhàm chán bởi vì trước đây bạn đã bỏ ra quá nhiều thời gian đọc sách. Sự mắc bẫy có thể là một yếu tố tác động mạnh trong việc ra quyết định chính trị: Teger (1979) mô tả sự mắc bẫy có nghĩa ra sao khi đối với các nhà chính trị gần như không thể quyết định chấm dứt cuộc chiến của Mỹ ở Việt Nam. Đã thiệt hại quá nhiều sinh mạng, đã đầu tư quá nhiều tiền bạc nên việc chấm dứt chiến tranh trở thành một quyết định vô cùng khó khăn về mặt chính trị bất chấp thực tế họ đang thất bại thấy rõ.

Thành kiến nhận thức muộn

Yếu tố khác tác động đến việc ra quyết định là **thành kiến nhận thức muộn.** Người ta nói "nhận thức muộn luôn là 20/20", nghĩa là khi chúng ta phán đoán một quyết định, thì dễ cho rằng kết quả mang tính hiển nhiên hay có thể dự đoán. Mặc dù, thực tế, kết quả của quyết định hiếm khi hiển nhiên vào thời điểm ấy. Slovic và Fischoff (1977) yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá kết quả có thể của một thí nghiệm. Thí nghiệm diễn ra, hỏi một nhóm người tham gia về kết quả nhưng không hỏi nhóm khác.

Sau đó yêu cầu người tham gia tái tạo nghiên cứu, đánh giá kết quả có thể ra sao. Những người đã biết kết quả xảy ra ở nghiên cứu thứ nhất đánh giá xác suất khả năng kết quả tương tự sẽ xảy ra cao hơn thành viên của nhóm khác. Vì họ đã biết điều gì đã diễn ra nên họ phát triển thành kiến nhận thức muộn, làm cho kết quả có vẻ có khả năng xảy ra nhiều hơn. Mặc dù trong thực tế, người tham gia nghiên cứu không biết kết quả sẽ đánh giá thực tế hơn. Cũng nên ghi nhớ điều này, lần kế tiếp khi bạn xem kết quả nghiên cứu tâm lý học mang tính "hiển nhiên" – thì thành kiến nhận thức muộn của bạn dễ có khả năng hoạt động!

KHUÔN KHỔ QUYẾT ĐỊNH

Năm 1984, Kahnemann và Tversky cho rằng có hai yếu tố khác cũng ảnh hưởng rất lớn đến việc ra quyết định, là: cách đặt hay định khung câu hỏi và bối cảnh nền tảng khi đưa ra câu hỏi. Cả hai yếu tố này hình thành **khuôn khổ quyết định**, trong đó phải ra quyết định nào và khuôn khổ quyết định này ảnh hưởng đến những gì được quyết định thật sự.

Hỏi cùng câu hỏi theo hai cách khác nhau sẽ có được hai lời đáp khác nhau. Trong một nghiên cứu, Tversky và Kahnemann (1981) hỏi người tham gia nghiên cứu nên chọn giữa hai quá trình hành động để điều trị một căn bệnh nặng, được cho là đã làm 600 người thiệt mạng. Một nhóm người tham gia nghiên cứu được cho biết tùy chọn A cứu sống 200 người trong khi tùy chọn B có khả năng cứu sống 1/3 và khả năng không cứu sống người nào đến 2/3. Nhóm tham gia nghiên cứu thứ hai thực ra được cung cấp chọn lựa y hệt nhưng lời lẽ khác. Thay vì câu hỏi phát biểu cứu sống 200 người thì diễn đạt 400 người sẽ chết. Tùy chọn thứ hai được diễn đạt là xác suất 1/3 không có ai bị chết và xác suất 2/3 tất cả 600 người đều chết

Khi được yêu cầu chọn lựa, 72% số người tham gia nghiên cứu trong nhóm thứ nhất chọn tùy chọn đầu tiên, cứu sống 200 người. Nhưng chỉ có 22% số người tham gia nghiên cứu trong nhóm thứ hai có chọn lựa tương tự. Như chúng ta chứng kiến, vấn đề trong hai trường hợp đều như nhau, nhưng cách đặt câu hỏi ảnh hưởng đến nhận thức của người tham gia nghiên cứu.

Chúng ta có thể nhận thấy việc nhận dạng nhiều yếu tố khác nhau trong khâu ra quyết định ở con người sẽ ảnh hưởng đến đánh giá, phán đoán. Nhưng điều quan trọng nên nhớ, mặc dù những điều này có vẻ là sai sót trong các tình huống giả tạo do thí nghiệm tâm lý tạo ra, đối với hầu hết các phép thử – rút kinh nghiệm giải quyết vấn đề đều hoạt động hợp lý trong sinh hoạt hàng ngày.

SỰ TRÌNH BÀY

Chúng ta đang xét đến suy nghĩ hướng đến mục tiêu: giải quyết vấn đề, lập luận và ra quyết định. Nhưng nghiên cứu suy nghĩ cũng bao gồm nghiên cứu trình bày suy nghĩ – cách chúng ta lưu trữ và sắp xếp kiến thức của mình. Richardson (1989) đề cập ý kiến trình bày ban đầu thường có khuynh hướng là những khái niệm đơn giản về "ý kiến" hay "hình ảnh" suy nghĩ tóm tắt thông tin. Nhưng các nhà nghiên cứu tìm hiểu chi tiết hơn về cách hoạt động suy nghĩ thì họ càng nhận thấy hệ thống trình bày thường tinh vi hơn nhiều.

Richardson đi đến mô tả nhiều hình thức trình bày khác nhau mà các nhà tâm lý học nhận thức nghiên cứu. Một trong những hình thức này là nghiên cứu **mã hóa:** thông tin được thay đổi ra sao để não lưu trữ thích hợp. Chúng ta khảo sát điều này trong Chương 3. Cũng trong Chương 3, chúng ta cũng xét đến hình thức trình bày hiểu biết rộng hơn, chẳng hạn như **các mẫu trí nhớ** khác nhau. Nhưng cũng có các loại trình bày khác, bao gồm khung hiểu biết chẳng hạn như **giản đồ** và **chữ viết,** trong khi khung khác là cấu trúc hiểu biết tỉnh tiết giống như kế hoạch hay **bản đồ nhận thức** giúp chúng ta giải quyết tình huống mới lạ.

Như Richardson đã nêu, nghiên cứu tâm lý học về trình bày không được tách biệt: phải liên kết với các quá trình nhận thức khác. Như chúng ta chứng kiến trong chương trước, quan niệm về khung hiểu biết trực tiếp góp phần vào sự hiểu biết việc đọc và hiểu biết nhận thức ngôn ngữ học. Nghiên cứu bản đồ nhận thức chính nó cho thấy rất hữu ích trong công việc của các nhà tâm lý học môi trường cũng như địa lý. Có nhiều hình thức trình bày, mỗi hình thức trong số này có sự tương quan với một số khía cạnh hiểu biết con người. Trong phần này, chúng ta xét đến 4 hình thức trình bày suy nghĩ: khái niệm, đơn vị nhận biết từ (logogen), bản đồ nhận thức và giản đồ. Nhưng chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát sự phát triển lý thuyết trình bày.

PHÁT TRIỂN TRÌNH BÀY

Bruner (1964) phát triển lý thuyết phát triển cách sử dụng trình bày ở con người. Ông cho rằng chúng ta sử dụng nhiều cách trình bày khác nhau phát sinh từ nhu cầu lưu trữ nhiều loại thông tin phức tạp hơn về môi trường khi chúng ta lớn tuổi hơn. Khi hiểu biết nhiều hơn về thế giới, chúng ta phải phát triển nhiều cách để trình bày hiểu biết của mình và những cách này ngày càng tinh vi hơn khi yêu cầu hiểu biết chúng ta đang trình bày ngày càng phức tạp hơn.

Trình bày tương tác, biểu tượng và tượng trưng

Một đứa trẻ không cần lưu trữ nhiều về thế giới nhưng phải nhớ sự việc tác động đến mình trực tiếp, vì thế hầu hết trí nhớ ở trẻ sẽ được lưu trữ trong "trí nhớ cơ bắp" mà Bruner gọi là **trình bày tương tác.** Trình bày tương tác bao gồm việc nhớ sự việc bằng cách "cảm thấy" nên làm gì, chẳng hạn bạn trình bày trò chơi trong công viên cho chính mình dưới dạng bạn cảm thấy ra sao khi tham gia trò chơi ấy. Đây là minh họa trình bày tương tác.

Khi lớn tuổi hơn, trẻ hiểu biết về nhiều sự vật khác, ở xa hơn, không phải có hành động khác nhau. Chẳng hạn, đọc sách hay xem truyền hình hay chơi các trò chơi khác nhau trên máy tính, có thể bao gồm nhiều cử động giống nhau nhưng cũng bao gồm một loạt thông tin khác biệt nhau. Cũng như khi kinh nghiệm của trẻ phát triển, trẻ phát triển cách trình bày bổ sung, lưu trữ thông tin như hình ảnh nhận cảm. Bruner gọi cách này là **trình bày biếu tượng,** thường bao gồm việc sử dụng hình ảnh thị giác để trình bày vật thể trong trí nhớ – thông tin được lưu trữ bằng "hình ảnh suy nghĩ". Chúng ta khảo sát trí tưởng tượng và cách sử dụng nó như một hình thức trình bày trong Chương 3.

Khi trẻ mới biết đi bắt đầu học tiếng và số, thì trẻ bắt đầu tìm hiểu khái niệm phức tạp hơn, không thể hiểu trực tiếp như quyền sở hữu hay "sự công bằng". Vì điều này, trẻ bắt đầu sử dụng hình thức trình bày khác, có lẽ sử dụng từ để tượng trưng hóa sự sở hữu, như "trái banh của con", hay "ghế của mẹ" hay sử dụng con số để biểu thị số lượng. Bruner gọi điều này là **trình bày tượng trưng.** Một khi trẻ có khả năng sử dụng phương pháp lưu trữ thông tin này thì trẻ có thể ít nhiều lưu trữ bất cứ thứ gì mà con người hiểu biết về nó, vì trẻ sử dụng biểu tượng để trình bày những sự việc ấy vốn không thể vẽ ra được. Sử dụng biểu tượng cũng có nghĩa là thông tin được phân loại và sắp xếp sẵn sàng hơn.

Hầu hết người lớn tuổi sử dụng sự phối hợp nhiều cách lưu trữ trí nhớ của mình nhưng nhiều trẻ có trí tưởng tượng nhận cảm sống động mà chúng sử dụng để nhớ hầu hết sự việc. Một số trẻ thậm chí có **trí tưởng tượng thị giác** – hình ảnh thị giác được lưu trữ giống như ảnh chụp, sao cho con người nhớ lại như thế một bức tranh thực và nhận dạng chi tiết mà mình không để ý lúc trước. Haber (1969) cho trẻ xem một bức tranh chi tiết trên một giá vẽ trong thời gian thật ngắn, sau đó hỏi trẻ về bức tranh. Trẻ có trí tưởng tượng thị giác đều trả lời câu hỏi với chi tiết đáng kể nhưng khi trẻ nhìn thấy giá vẽ trống thì hình ảnh có vẻ biến mất. Có vẻ trẻ lưu giữ hình ảnh chỉ trong vài phút, nhưng hầu hết có thể kéo dài lâu hơn. Khoảng 5% số trẻ dường như có khả năng này nhưng thường biến mất ở tuổi thanh niên – có lẽ khi trình bày tượng trưng trở nên quan trọng hơn với việc hiểu biết xã hội đang phát triển ở con người, vì thế chỉ còn ở một vài người lớn.

KHÁI NIỆM

Khái niệm là một từ chung chúng ta sử dụng để tập hợp thành nhóm hay phân loại vật thể, sự kiện hay quan điểm. Khái niệm thường có một tập hợp định nghĩa đặc điểm như "nhím có gai", "nhím ăn ốc sên", "nhím đi chậm chạp", v.v... và một tập hợp các nguyên tắc chung về cách phối hợp những đặc điểm này như "nếu có gai, ăn ốc sên, nhưng di chuyển nhanh thì có lẽ là nhím". **Khái niệm cổ điển** là khái niệm trong đó mọi ví dụ về khái niệm đều có tất cả đặc điểm xác định quan trọng, không có ngoại lệ. Mặc dù trong thí nghiệm hàng ngày, khái niệm cổ điển rất hiếm. Thay vì chúng ta sử dụng **khái niệm xác suất,** định nghĩa khái niệm theo nghĩa đặc điểm chắc chắn phải có. Chẳng hạn, khái niệm "ghế" phải bao gồm những đặc điểm chẳng hạn như đồ vật có 4 chân, một lưng tựa nhưng không phải ghế nào cũng có tất cả những đặc điểm này.

Mô hình hình thành khác nhau theo thuyết liên tưởng

Nghiên cứu ban đầu về cách chúng ta hình thành khái niệm được tiến hành trong khuôn khổ kích thích – phản ứng theo thuyết liên tưởng. Đặc điểm của một đồ vật được xem là kích thích, sự phân loại cũng như minh họa về khái niệm ấy được xem là phản ứng. Hull (1920) cho rằng khái niệm được hình thành thông qua quá trình **khái quát hóa kích thích:**

con người học cách phản ứng trước một kích thích, sau đó phản ứng ấy được khái quát hóa cho những kích thích khác tương tự, thế là hình thành khái niệm.

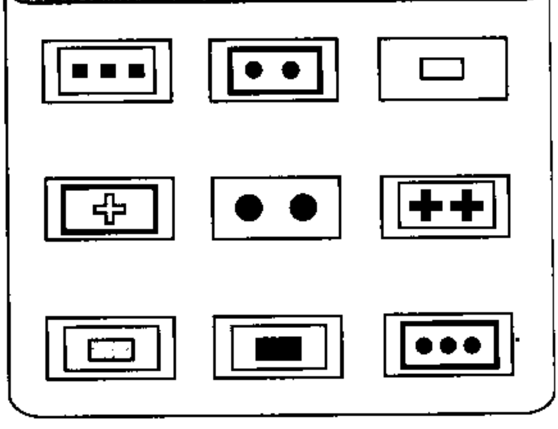
Hull tiến hành một loạt thí nghiệm trong đó cho người tham gia nghiên cứu xem các bộ chữ Hoa. Những bộ chữ này có yếu tố thường gặp, gọi là nét có trong mỗi chữ. Mỗi nét được đặt một tên, sau đó mỗi lần cho người tham gia nghiên cứu xem một chữ và hỏi họ trong chữ ấy có 6 nét nào. Người tham gia nghiên cứu đều tiến bộ sau mỗi lần thử: lần thứ nhất họ đúng chưa đến 30%, lần thứ 5 đúng 60%. Nhưng khi hỏi họ thì hầu hết đều không nói được tại sao mình chọn câu trả lời đúng. Hull xem đây là chứng cứ của việc tập quen kích thích – phản ứng vô thức.

Mô hình trắc nghiệm giả thuyết hình thành khái niệm

Năm 1956, Bruner, Goodnow và Austin cho rằng khái niệm phát triển từ các chiến lược **tìm tòi nhận thức** chủ động hơn là bằng cách liên tưởng đơn thuần họ sử dụng một loạt phiếu, khác nhau về màu sắc, hình dạng và số hình trên phiếu, để tìm hiểu con người hình thành khái niệm ra sao (xem Hình 5.7).

Người thí nghiệm sẽ quyết định theo nguyên tắc chẳng hạn như "ba hình dạng màu đỏ". Sau đó người tham gia nghiên cứu được phép chọn mỗi lần một phiếu bất kỳ, và hỏi liệu phiếu có phải là một trường hợp khái niệm hay không. Họ được trả lời "có" hay "không". Từ sự phản hồi này người tham gia dần dần phát triển khái niệm là gì. Bruner *và người khác* nhận thấy người ta sử dụng nhiều loại kỹ thuật quét hay tập trung khác nhau khi tìm lời đáp theo mô tả trong Khung 5.2.

[illegible] hình thành khái niệm



Bower và Trabasso (1964) cho rằng khi con người đối mặt với vấn đề hình thành khái niệm, họ phát triển toàn bộ một tập hợp giả thuyết khác nhau, sau đó chọn một hay nhiều giả thuyết này để thử. Nếu họ trả lời đúng, sẽ giữ lại ý kiến ấy. Nếu trả lời sai thì giả thuyết trở về kho và chọn giả thuyết khác.

Quan niệm ngụ ý rằng con người giải quyết trở ngại hình thành khái niệm theo cách "tất cả hay là không" vì cả hai giả thuyết đều đúng hoặc sai. Vì thế nghiên cứu con người giải quyết khái niệm theo cách này chắc chắn thể hiện sự thay đổi đột ngột từ không chính xác đến chính xác, như họ gặp được giả thuyết đúng. Trái lại, giải thích kích thích – phản ứng dành cho sự tập quen – khái niệm dự đoán rằng sẽ có đường cong tập quen dần dần khi người tham gia nghiên cứu phát triển sự liên tưởng. Vì những dự đoán khác nhau này, có thể so sánh hai tiếp cận.

Bower và Trabasso kiểm tra mô hình của họ bằng cách vẽ đường cong tập quen ngược lại. Thay vì nghiên cứu phản ứng của con người từ lần thử đầu tiên trở đi, thì họ đi ngược lại từ sai lầm gần đây nhất mà con người phạm phải. Họ nhận thấy xác suất của phản ứng gần đây nhất luôn đúng khoảng 50%. Điều này ủng hộ cho quan điểm chúng ta phát triển khái niệm qua trắc nghiệm giả thuyết suy nghĩ vì sự tăng dần được dự đoán theo mô hình thuyết liên tưởng dự đoán rằng người tham gia nghiên cứu thử nghiệm gần đây sẽ có hơn một nửa phản ứng đúng.

Khung 5.2 Chiến lược hình thành khái niệm

Bruner, Goodnow và Austin (1956) nhận thấy con người áp dụng nhiều tiếp cận khác nhau để giải quyết vấn đề hình thành khái niệm. Một số người sử dụng điều mà Bruner gọi là chiến lược **tập trung bảo thủ,** chọn mọi thuộc tính có thể trong minh họa đúng, sau đó thu hẹp những thuộc tính này cho đến khi có được giải pháp đúng. Vì thế, chẳng hạn nếu phiếu đúng đầu tiên có ba hình tam giác màu xanh lục, thì chọn lựa kế tiếp của họ sẽ là phiếu chỉ khác nhau ở một thuộc tính chẳng hạn như hai hình tam giác xanh lục hay ba hình sao xanh lục. Bằng cách chọn lựa có hệ thống, dần dần họ có khả năng tìm lời đáp đúng.

Người khác cũng sử dụng chiến lược tập trung nhưng theo cách khác. Họ chọn lần thứ hai có hai đặc điểm khác biệt với cách chọn đúng. Bruner *và người khác* gọi đây là **may rủi tập trung** vì người chọn theo cách may rủi: nếu không đúng thì họ không thể nói hai đặc điểm nào là đặc điểm quan trọng.

Một số người mỗi lần chỉ trắc nghiệm một giả thuyết. Vì thế khi gặp một vòng tròn màu lục chẳng hạn họ sẽ kiểm tra ý kiến cho rằng "mọi hình vẽ màu lục đều tích cực" nếu không đúng, họ sẽ chuyển sang kiểm tra ý kiến khác chẳng hạn như "mọi hình vẽ riêng lẻ đều tích cực". Cách này gọi là **quét** và mặc dù sau cùng cũng đưa đến câu trả lời đúng nhưng rất chậm vì mỗi lần chỉ kiểm tra một ý kiến.

Một số người sử dụng **quét đồng thời:** mỗi lần suy nghĩ nhiều ý kiến thay vì chỉ một. Khác biệt quan trọng giữa quét và tập trung là trong cách quét con người bắt đầu bằng những đặc điểm kích thích riêng lẻ trong khi trong cách tập trung họ bắt đầu bằng toàn bộ hình ảnh, dần dần thu hẹp chúng thành đặc điểm liên quan.

Bruner, Goodnow và Austin cho rằng những cách nhận thức khác nhau này tượng trưng các cách tiếp cận thông tin được ưa thích hơn có thể có gợi ý cho việc dạy và đào tạo hiệu quả.

Khái niệm cấu trúc ra sao

Nói chung có hai quan niệm chính về cấu trúc khái niệm. **Thuyết liệt kê đặc điểm** xem các khoản khác nhau trong một khái niệm là liên kết với nhau vì chúng có cùng đặc điểm, trong khi **thuyết nguyên mẫu** xem khái niệm được hình thành quanh một minh họa khái niệm chính, "lý tưởng", với các minh họa khác thay đổi từ mức độ lý tưởng đến mức độ quan trọng hơn hay kém quan trọng hơn.

Quan niệm theo thuyết liên kết ban đầu về khái niệm sử dụng mô hình liệt kê đặc điểm theo cách ẩn, và cũng như thế khi nghiên cứu chiến lược hình thành khái niệm. Trong một nghiên cứu nổi tiếng, Collins và Quillian (1972) tính giờ xem con người phải mất bao lâu mới nhận dạng được một khoản đã cho có thuộc về khái niệm hay không. Họ nhận thấy người tham gia nghiên cứu khi xử lý lời phát biểu nơi khoản có hầu hết các đặc điểm liên quan với khái niệm (chẳng hạn "chim cổ đỏ là một loại chim") cần ít thời gian hơn xử lý các khoản có đặc điểm liên quan ít hơn (chẳng hạn "đà điểu là một loại chim"). Collins và Quillian từ đó đề xuất rằng khái niệm được lưu trữ theo hệ thống thứ bậc, từ đặc điểm chung đến đặc điểm cụ thể. Lượng thời gian cần để tiếp cận một khái niệm theo họ tùy vào số lượng "nút" quyết định hay nhận dạng tham gia. Vì thế khoản có nhiều đặc điểm khái niệm hơn thì cần ít quyết định hơn và được nhận dạng nhanh hơn.

Rosch (1973) phản đối tiếp cận liệt kê đặc điểm trong hình thành khái niệm. Bà khẳng định phần lớn chứng cứ chủ yếu xảy ra vì các nhà nghiên cứu sử dụng khái niệm nhân tạo để nghiên cứu. Khi khái niệm tự nhiên, diễn ra trong đời thực, được nghiên cứu thì mô hình khác lại xuất hiện: quan niệm cho rằng khái niệm được trình bày bằng **nguyên mẫu.** Năm 1975, Rosch đưa cho những người tham gia nghiên cứu một loạt câu phát biểu, mô tả các khoản thuộc về một khái niệm đã cho ("ô tô chạy cáp là một phương tiện", "đào là một loại quả", v.v...). Người tham gia phải nói càng nhanh càng tốt câu phát biểu ấy là đúng hay sai. Rosch nhận thấy người ta phải mất thời gian lâu hơn để đoán các khoản khác hẳn với nguyên mẫu so với đoán các khoản tương tự. Chẳng hạn, phải mất nhiều thời gian để trả lời " ô tô chạy cáp là một phương tiện" hơn là trả lời đối với câu "xe tải là một phương tiện".

Quan niệm sự giống nhau về họ cũng mang ngụ ý rằng một số đặc điểm mặc dù không phải là tất cả được chia sẻ ở các thành viên trong nhóm. Các khoản trong một khái niệm có hầu hết những đặc điểm chung nhất sẽ là những đặc điểm được xem là "điển hình" của khái niệm ấy. Đặc điểm khác biệt nhất với minh họa thuộc về khái niệm khác. Vì thế, chẳng hạn một chiếc ghế trong nhà bếp có nhiều đặc điểm liên quan với khái niệm "ghế", vì thế sẽ được xem là điển hình về ghế, khác hẳn với khái niệm về bàn. Trái lại, ghế đẩu, mang tính điển hình kém hơn trong khái niệm "ghế", vì không có nhiều đặc điểm chung như thế và không khác mấy so với bàn. Khi chúng ta đánh giá liệu một vật gì đó có thuộc về khái niệm hay không thì sự gần gũi với nguyên mẫu là một yếu tố quan trọng trong quyết định của chúng ta.

Quan niệm cho rằng khái niệm bao gồm việc phối hợp các khoản thành một nguyên mẫu chính được trình bày như một biện pháp thay thế lý thuyết hình thành khái niệm liệt kê đặc điểm. Tuy nhiên, Neumann (1974) cho rằng tiếp cận liệt kê đặc điểm vẫn còn quan trọng vì cách mà các khoản chứa đựng nhiều đặc điểm liên quan được đánh giá là cách điển hình nhất. Có lẽ, điều này có nghĩa là có thể phối hợp nguyên mẫu với tiếp cận liệt kê đặc điểm. Bourne, Dominowsky và Loftus (1979) cho rằng thực ra không có nhiều khác biệt giữa hai tiếp cận, nhưng mỗi quan điểm hữu dụng cho các loại nghiên cứu khác nhau.

Mô hình nguyên mẫu của Rosch cũng được ủng hộ trong nghiên cứu người Dani, một xã hội không công nghệ ở New Guinea. Như chúng ta đã biết trong chương trước, những người này chỉ có hai từ gọi màu sắc chỉ để diễn đạt đơn giản bằng màu sáng hay tối. Nhưng cho dù họ không đủ từ để gọi màu thì người Dani vẫn phân biệt và phân loại nhiều màu khác nhau. Rosch (1974) nhận thấy phân loại mà người Dani sử dụng trong thực tế hoàn toàn giống với khái niệm màu sắc ở phương Tây.

Sự tương đồng văn hóa trong khái niệm màu theo Rosch không phải ngẫu nhiên. Chúng xảy ra vì hệ thần kinh của con người tự động phản ứng trước một tập hợp nguyên mẫu màu. Vì thế cùng bước sóng như nhau sẽ được hầu hết mọi người chọn làm minh họa điển hình của màu đỏ – một "màu đỏ hoàn hảo" – bất kể họ thuộc nền văn hóa nào. Bước sóng này trình bày nguyên mẫu đối với màu đỏ. Sau đó, các bước sóng khác được phân loại như màu đỏ trên cơ sở "giống họ" với nguyên mẫu – chúng không giống hệt nhau nhưng giống với nguyên mẫu màu đỏ nhiều hơn là màu xanh lục chẳng hạn. Quyết định liệu một khoản mục có thích hợp với khái niệm hay không trên cơ sở sự tương đồng cũng giống như cách chúng ta nhận biết sự tương đồng giữa các thành viên khác nhau trong cùng họ.

Phân loại tự nhiên

Rosch đi đến lập luận rằng không phải mọi khái niệm đều quan trọng như nhau. Một số mang tính chung hơn số khác. Bà nhận dạng ba cấp trừu tượng trong khái niệm: cấp **cao, cấp cơ bản** và cấp **dưới.** Minh họa khái niệm cấp cao có thể là "động vật". Đây là một phân loại rất chung chung, gồm nhiều khái niệm cơ bản. Minh họa khái niệm cấp cơ bản liên quan đến nhóm này là "mèo". Cấp này lần lượt gồm nhiều khái niệm cấp dưới chẳng hạn như "mèo Xiêm". Rosch lập luận rằng loại khái niệm chính mà chúng ta sử dụng trong sinh hoạt hàng ngày là cấp cơ bản.

Rosch *và người khác* (1976) cũng nhận thấy khái niệm cấp cơ bản đều có hầu hết đặc điểm đi kèm. Họ yêu cầu người tham gia liệt kê mọi đặc điểm đi kèm với khái niệm về từng cấp. Người tham gia nghiên cứu liệt kê nhiều đặc điểm đối với khái niệm cấp cơ bản hơn là khái niệm cấp cao hay cấp dưới. Điều này cho thấy chính cấp cơ bản cung cấp cho chúng ta hầu hết thông tin về một tập hợp khái niệm cụ thể. Trong phần nghiên cứu sau này, người tham gia nghiên cứu phải mô tả chi tiết chuỗi hành động mà họ sử dụng trong việc tương tác với các khoảng ở ba cấp này. Họ báo cáo những thay đổi hay hành động tương đối khác nhau đi kèm với khái niệm cấp cao hay cấp dưới, nhưng một vài hành động rõ ràng khác biệt nhau khi họ giải quyết khái niệm cấp cơ bản.

Rosch *và người khác* cho rằng nhận xét này là phương tiện chính để hiểu sự hình thành khái niệm. Theo Rosch, khái niệm là **phân loại tự nhiên,** hình thành quanh hành động. Chúng ta phân sự việc thành nhóm với nhau mà chúng ta tương tác theo cách giống nhau. Có nhiều loại ghế cụ thể (cấp dưới) và có nhiều loại đồ gỗ gia dụng khác nhau (cấp cao) nhưng vấn đề phân biệt khái niệm cấp cơ bản "ghế" với các loại đồ gỗ gia dụng khác là hành động chúng ta thực hiện – ngồi trên ghế. Chúng ta thực hiện hành động khác nhau với các loại đồ gỗ gia dụng khác nhau vì thế chúng thuộc về khái niệm cấp cơ bản khác nhau. Mặc dù chúng ta ngồi lên các ghế khác nhau theo cách khác nhau nhưng chúng ta không xem một vật gì đó là ghế trừ phi chúng ta có thể ngồi lên vật ấy được.

Nghiên cứu của Rosch bằng cách nhấn mạnh hành động và tương tác như việc hình thành cấp khái niệm cơ bản, mang quan điểm về khái niệm gần giống với quan điểm về giản đồ. Như chúng ta chứng kiến trong chương này, sự khác biệt quan trọng nhất giữa khái niệm và giản đồ ở chỗ giản đồ bao gồm hành động, dự định cũng như hiểu biết và hình thành cơ sở tương tác của chúng ta với thế giới, nhưng phát hiện của Rosch cho thấy chúng ta cũng sắp xếp khái niệm quanh sự tương tác cho thấy có thể sự phân biệt giữa khái niệm và giản đồ không nhiều như trước đây người ta thường nghĩ.

Một trong những vấn đề quan trọng về khái niệm và hình thành khái niệm gần như là sự nghiên cứu độc quyền trong phòng thí nghiệm – thiếu **tính giá trị sinh thái,** trong đó nói chung đều không rõ nghiên cứu trong phòng thí nghiệm thực sự có liên quan đến việc con người sử dụng khái niệm trong sinh hoạt hàng ngày ra sao. Sự khăng khăng của Rosch sử dụng khái niệm tự nhiên hơn là khái niệm nhân tạo đã tạo ra một số cải thiện nhưng cho đến khi các nhà nghiên cứu có thể xét đến những cách thông thường mà con người sử dụng khái niệm trong sinh hoạt hàng ngày, chúng ta không thể nhận thấy nghiên cứu này có sự liên quan ra sao. Có thể con người sử dụng tiêu chuẩn hoàn toàn khác nhau trong "thế giới thực" hơn là họ làm khi tiến hành công việc thí nghiệm trừu tượng, không có bối cảnh, liệu có là cơ sở khái niệm xảy ra tự nhiên hay không.

NHẬN BIẾT TỪ

Một khía cạnh nghiên cứu trình bày suy nghĩ khác liên quan đến cách chúng ta lưu trữ từ. Như đã biết trong Chương 2, Triesman (1960) cho rằng chúng ta có những đơn vị nhận biết từ đặc biệt như một phần trong hệ thống nhận thức mà bà gọi là **đơn vị tự điển.** Bà cho rằng những đơn vị này được kích hoạt bởi một kích thích nhắc con người nhớ từ đã đọc thấy hay nghe thấy. Triesman sử dụng khái niệm này để giải thích chứng cứ rằng con người dễ dàng phớt lờ nhiều thông tin bằng lời không liên quan, nhưng sự chú ý của họ thường được nắm bắt qua âm thanh của từ vốn có ý nghĩa đặc biệt đối với họ chẳng hạn như tên riêng.

Morton (1979) cho rằng từ được lưu trữ trong những đơn vị nhận biết từ đặc biệt, giống với "đơn vị tự điển" của Triesman và hoàn toàn giống với đơn vị nhận biết khuôn mặt do các nhà nghiên cứu đưa ra để nhận biết khuôn mặt (xem Chương 2). Morton gọi những đơn vị này là **đơn vị nhận biết từ** (logogen), và cho rằng có những logogen cụ thể dành cho mỗi từ, dễ bị kích hoạt bằng sự liên tưởng hay suy nghĩ nối kết nhau. Mỗi lần kích hoạt một logogen thì rất có thể lần sau logogen này hiện ra trong tâm trí. Morton lập luận quá trình học đọc là một quá trình trong đó chúng ta phát triển tiết mục logogen rộng hơn, được kích hoạt khi một cá nhân nhìn thấy từ quen thuộc. Trong lý thuyết này, logogen hình thành "các khối xây dựng" cơ bản suy nghĩ bằng lời nói, vì thế có thể xem như là một trong những đơn vị chính trong trình bày suy nghĩ.

Winnick và Daniel (1970) nhận thấy rằng họ có thể làm cho người tham gia nghiên cứu nhận biết từ nhanh hơn nếu cho họ xem trước từ ấy. Mặc dù điều quan trọng là người tham gia nhìn thấy từ ở dạng viết: nếu họ nhìn hình ảnh và yêu cầu tự nói lên từ thì sau này không giúp ích cho việc nhận biết từ. Morton (1979) nghiên cứu điều này chi tiết và nhận thấy loại viết không quan trọng. *Từ trắc nghiệm* luôn được đánh máy, nhưng người tham gia nghiên cứu phát hiện dễ dàng nếu họ thấy *từ* ở dạng viết tay trước đó như thể họ xem *từ* ấy ở dạng đánh máy giống hệt. Rõ ràng, nhận biết *từ* không phải là vấn đề phối hợp kích thích giống hệt nhau.

Morton cho rằng điều này ngụ ý rằng cơ chế nhận biết từ thị giác và thính giác hoàn toàn tách biệt các hệ thống nhận thức. Có vốn từ vựng thị giác chúng ta nhận biết khi nhìn thấy và vốn từ vựng thính giác chúng ta nhận biết khi nghe thấy. Nhưng như chúng ta đã chứng kiến, chứng cứ thực nghiệm cho thấy có sự khác nhau giữa việc nghe và nói từ, và nhìn thấy từ ở dạng viết, vì thế Morton cho rằng hai vốn từ bao gồm các hệ thống lưu trữ khác nhau.

Một quan điểm như thế này giải thích con người học cách hiểu ngôn ngữ nói ngay từ rất sớm nhưng phải được dạy cách đọc vốn là công việc bao gồm một lượng nỗ lực tập trung nhất định trong việc học. Nếu vốn từ thị giác và thính giác như nhau thì dễ chuyển thông tin từ vốn từ thính giác tinh vi thành công việc đọc. Nhưng nhận xét trẻ học đọc cho thấy trẻ không làm điều này. Trong chương cuối, chúng ta nhận thấy một số nhà nghiên cứu cho rằng việc dạy trẻ cách phát âm từ thực ra cản trở quá trình học đọc bằng cách tăng thêm công việc phụ, và điều này cũng ngụ ý rằng cấu trúc nhận thức đối với nhận biết từ ở dạng viết khác với cấu trúc nhận thức qua đó chúng ta nhận biết từ nói.

Hiệu ứng Stroop

Năm 1935, Stroop lưu ý rằng có một hiệu ứng đặc biệt thú vị xảy ra khi gọi màu sắc, có vẻ là một việc phải làm với mâu thuẫn nhận thức được tạo ra khi thông tin thị giác và ngữ nghĩa mâu thuẫn với nhau. Trong một công việc sau này gọi là **công việc Stroop,** yêu cầu người tham gia đọc lớn tên gọi màu sắc ngay sau khi nhìn thấy hoặc gọi tên một mảng màu cho họ thấy. Stroop nhận thấy người tham gia nghiên cứu gọi tên mảng màu nhanh hơn là nhìn chữ, cho thấy việc nhận dạng màu sắc nhanh hơn và có thể là quá trình nhận thức "trực tiếp" hơn gọi tên màu – một nhận xét phù hợp với thuyết nhận thức trực tiếp của Gibson (xem Chương 2).

Tiếp theo công trình này, Scheibe, Shaver và Carrier (1967) nhận thấy nếu một từ được nhận dạng ở dạng viết có cùng màu với tên gọi ("màu cam" viết bằng mực màu cam) thì được nhận dạng nhanh hơn từ màu cam viết khác màu mực ("màu cam" viết bằng mực xanh lục). Từ kích thích và màu kích thích càng liên kết mật thiết hơn thì sự cản trở càng nhiều hơn. Vì thế từ "màu đỏ anh đào" liên tưởng ngay đến màu đỏ, tạo ra cản trở nhiều hơn từ "cửa sổ" mặc dù không giống với từ "màu đỏ".

Có nhiều nghiên cứu khác nhau về hiệu ứng Stroop. Pritchatt (1968) chứng minh lượng cản trở từ một từ có thể giảm sút mặc dù không bị xóa bỏ hoàn toàn, nếu yêu cầu người tham gia bấm vào phím màu khi gọi tên từ liên quan đến màu. Người ta cho rằng lượng cản trở nhỏ còn lại ở những người tham gia nghiên cứu thầm gọi tên màu thay vì phản ứng với kích thích màu sắc trực tiếp của phím bấm.

Preston và Lambert (1969) so sánh việc gọi tên màu bằng hai ngôn ngữ ở người tham gia nói hai thứ tiếng, và nhận thấy việc gọi tên chậm nhất nghĩa là gặp sự cản trở nhiều nhất – khi tên gọi màu sắc trong hai ngôn ngữ giống nhau (chẳng hạn brown, tiếng Anh – braun, tiếng Đức: màu nâu). Họ cho rằng là vì con người có khả năng tự động dịch các từ trong tình huống ấy. Nhưng Dyer (1973) cho rằng điều này xảy ra vì từ phát âm giống nhau, vì thế kích hoạt lẫn nhau: không hề có chuyện dịch từ, Dyer trắc nghiệm những người tham gia nghiên cứu chỉ nói tiếng Anh bằng công việc tương tự, nhận thấy các từ phát âm tương tự tạo ra sự cản trở ngay cả nếu người ấy không phát ra ngôn ngữ.

Trong một nghiên cứu chi tiết ở người tham gia nghiên cứu hai thứ tiếng Tây Ban Nha/ Anh, Dyer (1973) nhận thấy kết quả giống như kết quả của Preston và Lambert, chỉ khác ở chỗ lượng cản trở tùy thuộc vào việc liệu người tham gia nghiên cứu có trả lời cùng thứ tiếng với từ kích thích hay không. Nếu họ trả lời bằng thứ tiếng khác thì sự cản trở ít hơn. Điều này thêm lần nữa cho rằng việc dịch không phải là một yếu tố quan trọng như Preston và Lambert đã nêu.

Tranh luận khác về hiệu ứng Stroop là khi nào sự cản trở xảy ra – nói cách khác sự cản trở được định vị ở đâu trong hệ thống nhận thức. Một số nhà nghiên cứu cho rằng sự cản trở xảy ra vào lúc đầu xử lý nhận thức, khi con người đầu tiên nhận được thông tin. Murray, Mastronardi và Duncan (1972) yêu cầu người tham gia gọi tên màu theo từ in sẵn và nhận thấy họ mất nhiều thời gian hơn nếu từ họ nhìn là tên gọi màu, lâu hơn nếu từ nhìn là tên gọi thú, nhưng cũng số người ấy phân loại phiếu theo từ và màu in giống nhau hay khác nhau thì họ phân loại màu nhanh hơn phân loại từ. Các nhà nghiên cứu cho rằng hai cơ chế nhận thức khác biệt trong hiệu ứng Stroop. Họ cho rằng gọi tên là một quá trình khác với việc đơn thuần nhận biết đặc điểm vật lý của kích thích.

Các nhà nghiên cứu khác cho rằng sự cản trở đến muộn hơn, vào lúc con người tạo ra phản ứng trong thực tế. Egeth, Blecker và Kamlet (1969) yêu cầu người tham gia nghiên cứu quyết định liệu các khoản trong một đôi kích thích có cùng màu hay không. Kích thích họ nhận được giống như công việc Stroop quy ước nhưng thực ra không yêu cầu gọi tên màu. Các nhà nghiên cứu nhận thấy không hề có sự cản trở thông thường đối với công việc này – mặc dù khi người tham gia nghiên cứu được yêu cầu nhận dạng các từ được phát âm "giống" hay "khác", có sự cản trở đáng kể. Egeth *và người khác* cho rằng hiệu ứng xảy ra vì có sự mâu thuẫn giữa xử lý từ theo ngữ nghĩa và mong đợi cá nhân của người tham gia về phản ứng của họ.

BẢN ĐỒ NHẬN THỨC

Quan niệm về bản đồ nhận thức được Tolman đề xuất lần đầu tiên vào năm 1948 tiếp theo công trình nghiên cứu tập quen ngầm trong đó ông chứng minh loài chuột hoạt động tốt hơn trong việc chạy quanh một mê cung phức tạp nếu cho phép chúng tìm hiểu mê cung trước đó. Tolman cho rằng điều này cho thấy loài chuột phát triển sự trình bày nội tâm về mê cung, mà chúng có thể nhờ vào khi hiểu biết như thế có ích cho mình.

Tolman cho rằng phần lớn trình bày nội tâm ở con người có thể được phân tích dưới dạng hình thành **bản đồ nhận thức**, là một hình ảnh suy nghĩ giúp chúng ta tập hợp, lưu trữ, sắp xếp và sử dụng thông tin về môi trường. Chúng ta sử dụng bản đồ nhận thức mỗi lần nghĩ đến theo nghĩa sắp xếp không gian vật thể hay con người. Bạn có thể sử dụng một bản đồ khi tìm đường về nhà hay vòng quanh siêu thị hay khi nghĩ về ngăn tủ chứa đựng quần áo sạch của bạn.

Nhiều nhà nghiên cứu xem xét nhiều loại bản đồ nhận thức mà con người sử dụng. Lynch (1960) phỏng vấn cư dân ở ba thành phố Mỹ về bản đồ nhận thức của họ đối với thành phố, họ yêu cầu cư dân mô tả đường đi từ thành phố này đến thành phố khác. Từ phân tích giải thích của họ, Lynch nhận thấy con người thường đặc biệt chú ý đến những đặc điểm dễ phân biệt, như không gian mở rộng, tương phản cây xanh và thị giác. Bạn cảm thấy thú vị khi cố gắng vẽ ra bản đồ nhận thức thành phố của mình rồi so sánh với bản đồ của người bạn để xem liệu bạn có để trống các khu vực giống nhau hay không.

Saarinen (1973) yêu cầu sinh viên vẽ ra bản đồ khu trường sở và nhận thấy đối với sinh viên thường có khuynh hướng vẽ to khu vực trong đó có các tòa nhà quan trọng đối với họ, cũng như mở rộng qui mô và chi tiết tòa nhà. Trái lại, khu vực nào ít lui tới thường vẽ nhỏ lại. Nói chung, bản đồ của sinh viên thường chính xác ở những khu vực họ sử dụng, nhưng thường không chính xác ở những khu vực họ xa lạ.

Briggs (1971) nhận thấy sự quen thuộc cũng có ảnh hưởng đáng kể trong việc đánh giá khoảng cách trong bản đồ nhận thức. Chúng ta thường nói bớt đi khoảng cách quen thuộc, và phóng đại khoảng cách không quen thuộc. Trong nhiều trường hợp việc đánh giá không đúng mức do sự quen thuộc tạo ra có nghĩa là bản đồ nhận thức không chính xác, hay không theo tỉ lệ. Nói chung mặc dù khuynh hướng chính của chúng ta là phóng đại khoảng cách: Canter và Tagg (1975) nhận thấy giữa những cột mốc trung tính (nghĩa là cột mốc được biết không hẳn là quen thuộc) luôn có sự phóng đại hệ thống.

Kozlowski và Bryant (1977) nhận thấy sự chính xác của bản đồ nhận thức có vẻ liên kết với dự đoán cá nhân về ý thức phương hướng của một người tốt đến mức nào. Những người nghĩ rằng họ có ý thức phương hướng tốt sẽ có bản đồ nhận thức chính xác hơn những người không nghĩ rằng họ có ý thức phương hướng có thể tin cậy. Dự đoán của họ về ý thức phương hướng của riêng mình dù sao cũng không tương quan với mức độ chính xác khi định vị tòa nhà hay con đường ngoài tầm mắt, mặc dù họ học từ kinh nghiệm hiệu quả hơn những người tự cho mình có ý thức phương hướng kém.

Phương pháp cứ điểm

Có một thuật nhớ rất nổi tiếng còn gọi là **phương pháp cứ điểm** (phương pháp địa điểm), và phương pháp này cũng liên quan đến việc vẽ bản đồ nhận thức. Đầu tiên được Simonides mô tả. Ông là người Hy Lạp cổ đại, sử dụng phương pháp khi cố nhớ các quan khách tham dự buổi tiệc khi ông đọc diễn văn. Ông được mời ra ngoài sau khi đọc xong diễn văn, vì thế không bị nghiền nát khi hội trường đãi tiệc đổ sụp. Thi thể của các quan khách khác sau sự cố không thể nhận dạng được nhưng Simonides cho rằng ông có thể nhớ những người có mặt bằng "suy nghĩ" khi đi vòng quanh các bàn và nhớ lại ai đã ngồi ở chỗ nào. Địa điểm của mỗi khoản mục trong hình ảnh suy nghĩ của ông cho phép ông nhớ lại thật hiệu quả.

Sử dụng phương pháp cứ điểm trong các tình huống hàng ngày cũng bao gồm việc hình dung một chuyến đi dạo hay cuộc hành trình quen thuộc và hình thành một loạt các hình ảnh thị giác định vị các khoản phải nhớ ở những điểm khác nhau dọc đường đi (một số người ôn thi nhận thấy thật hữu ích khi phối hợp phương pháp này với phương pháp "từ khóa" mà chúng ta xét đến ở đầu chương này trong việc hình thành hình ảnh). Sau đó, khi đã nhớ lại bảng liệt kê, con người hình dung các giai đoạn đi dạo hay hành trình, và hình ảnh xuất hiện trong tâm trí ở các giai đoạn khác nhau hình thành điều gợi nhớ thông tin cần được phục hồi. Neisser (1976) cho rằng tính hiệu quả của phương pháp rèn luyện trí nhớ này cho thấy bản đồ nhận thức ăn sâu trong hệ thống nhận thức của chúng ta ra sao.

GIẢN ĐỒ, KHUNG VÀ CHỮ VIẾT

Giản đồ là hình thức trình bày mà chúng ta sử dụng để định hướng cho hành động của mình. Rumelhart và Norman (1983) mô tả giản đồ thay đổi đáng kể về lượng thông tin chúng chứa đựng – một số hoàn toàn đơn giản trong khi số khác cực kỳ phức tạp. Chẳng hạn, bạn có một giản đồ cụ thể chỉ một việc duy nhất phải làm là nghe radio, nhưng bạn cũng có một giản đồ chung chung hơn, về việc sử dụng một loại thiết bị điện bất kỳ. Chúng được sắp xếp theo hệ thống thứ bậc, và giản đồ đầu tiên rất có thể chứa đựng thông tin ít hơn giản đồ thứ hai (cứ cho rằng bạn không phải là người thích nghe radio, dĩ nhiên!)

Một trong những người đầu tiên sử dụng giản đồ trong giải thích tâm lý học là Bartlett năm 1932. Ông mô tả giản đồ như 'một sự sắp xếp chủ động phản ứng đã qua, hay kinh nghiệm trước đây, luôn được giả định là đang hoạt động trong một phản ứng hữu cơ thích nghi tốt bất kỳ". Công trình của Bartlett về trí nhớ, mà chúng ta nghiên cứu trong Chương 3, cho thấy con người chủ động ý thức về trí nhớ của mình, thường bằng cái giá phải trả của sự chính xác theo nghĩa đen. Bartlett nghĩ rằng sự không chính xác này xảy ra vì cách chúng ta sử dụng giản đồ để trình bày hiểu biết, và cố gắng làm cho nó thích hợp với thông tin đến với chúng.

Đồng hóa và thích nghi

Thuật ngữ "giản đồ" cũng đi kèm với lý thuyết gia phát triển Jean Piaget. Chúng ta sẽ nghiên cứu công trình của Piaget chi tiết hơn trong Chương 19, nhưng lý thuyết của ông tập trung vào quan điểm cho rằng sự phát triển nhận thức diễn ra qua sự hình thành và phát triển giản đồ. Giản đồ, theo Piaget lập luận, được hình thành bằng hai quá trình quan trọng và cơ bản: **sự đồng hóa**, trong đó thông tin mới được hấp thu vào trong giản đồ nhưng đặc biệt không hề làm thay đổi nó, sao cho dải hoạt động của giản đồ chỉ mở rộng thêm một ít, và **sự thích nghi** trong đó bản thân giản đồ phải được phát triển và mở rộng vì không thích hợp để thích ứng với thông tin mới nếu không phát triển và mở rộng.

Ở hình thức cực đoan, sự thích nghi có nghĩa là giản đồ chia thành hai ba giản đồ mới. Chẳng hạn: ở Anh, trẻ rất có thể sử dụng cùng giản đồ dành cho cái bát và dĩa – giống như "đồ vật bạn dùng để dựng thức ăn". Khi trẻ lớn lên, có thể hiểu biết thế giới theo cách tinh vi hơn, giản đồ chung chia thành hai có chức năng khác nhau: bát được xem là vật dụng thích hợp để đựng một số thức ăn trong khi dĩa lại thích hợp để đựng các thức ăn khác.

Giản đồ "bát" và "dĩa" không chỉ phát triển do cách sử dụng xã hội của chúng mà còn có những hành động cụ thể khác nhau đi kèm. Sự phân biệt quan trọng giữa giản đồ và khái niệm, ở chỗ, giản đồ giống như bản đồ nhận thức, chủ yếu nói về hành động – giản đồ hoạt động như kim chỉ nam cho hoạch định và thực hiện vấn đề. Trái lại, khái niệm về cơ bản là tiến hành phân loại đối tượng và hiện tượng thành các nhóm hay loại (mặc dù như chúng ta sẽ thấy một số công trình nghiên cứu hình thành khái niệm gần đây cho rằng hành động cũng quan trọng). Đối với Piaget chính hành động tạo ra suy nghĩ: trẻ thực hiện hành động – hành động có kết quả – trong môi trường, vì thế thu được thông tin được đồng hóa hay thích nghi với giản đồ.

Vì thế giản đồ cùng lúc là cách trẻ sử dụng kinh nghiệm của mình để định hướng hành vi và cách nhận biết kết quả khi trẻ thực hiện hành vi ấy. Giản đồ bao gồm trí nhớ và những liên tưởng trừu tượng bao gồm trong một khái niệm nhưng phong phú hơn khái niệm. Đây là hệ thống trình bày nội tâm bao gồm sự liên kết nhận cảm, kỹ năng và kế hoạch cũng như hành động và hiểu biết.

Giản đồ dự đoán

Neisser (1976) lập luận rằng khái niệm giản đồ cung cấp một phương tiện qua đó những khía cạnh nhận biết chủ động và nhất là nhận thức có thể kết hợp có ý nghĩa. Như chúng ta đã biết trong Chương 2, Neisser xem nhận thức chủ yếu như một quá trình chu kỳ, trong đó giản đồ dự đoán hướng dẫn cách chúng ta tìm hiểu môi trường. Đối với Neisser, đời sống không phải sống trong chân không, những gì xảy ra đối với chúng ta hoàn toàn không thể biết trước. Trong sinh hoạt hàng ngày, chúng ta liên tục dự đoán vô thức về điều gì có lẽ sẽ xảy ra kế tiếp cho dù những điều này tương đối không quan trọng. Chẳng hạn như lúc tôi đánh máy câu này, tôi dự đoán rằng bàn phím đang nằm dưới các ngón tay của mình: nếu chúng biến mất, tôi sẽ rất ngạc nhiên! Theo cách ấy khi tôi viết câu tôi sử dụng giản đồ dự đoán, giản đồ này hướng dẫn hành động của tôi.

Đến lượt hành động của chúng ta lấy mẫu môi trường. Chúng ta không tiếp xúc trực tiếp với vạn vật quanh mình, nhưng chúng ta lấy mẫu nó thông qua những gì chúng ta đang làm. Khi đánh máy, ngón tay của tôi lấy mẫu một phần môi trường bàn phím. Sau đó những mẫu này bổ sung giản đồ dự đoán, nếu thấy cần thiết. Nếu ngón tay tôi với trên bàn phím và chạm vào một phím hoàn toàn khác với phím mà tôi dự định, thì khi đó tôi sẽ ôn lại giản đồ dự đoán của mình. Chẳng hạn tôi kết luận rằng bàn phím trơn, tôi cần điều chỉnh hành động cho phù hợp. Với một hành động bất kỳ – thậm chí hành động đánh máy như thông lệ – có một chu kỳ liên tục đang diễn ra, qua đó những gì tôi dự đoán (giản đồ) hướng dẫn những gì tôi đang làm (hành động), lấy mẫu những gì quanh tôi (môi trường) và cung cấp thông tin phản hồi về giản đồ của mình thêm lần nữa, sửa đổi, bổ sung nếu cần.

Đối với Neisser chính cách chúng ta sử dụng giản đồ trong tương tác của mình với thế giới là chìa khóa hiểu biết nhận thức. Chúng ta chủ động trong thế giới của mình chứ không phải bị động, nhưng chúng ta cũng chủ động trong việc tìm hiểu ý nghĩa những gì quanh mình, và thực hiện những gì chúng ta cần trình bày nội tâm để định hướng. Lý thuyết nhận thức trực tiếp của Gibson (xem Chương 2) chứng minh rằng địa điểm và hành động là những yếu tố quan trọng trong cách chúng ta xử lý thông tin nhận thức, và nghiên cứu bản đồ nhận thức cũng như sự lãng trí (xem Chương 3) chứng minh rằng chúng hoàn toàn quan trọng trong trí nhớ. Giản đồ có vẻ trình bày một cơ chế cho phép chúng ta hiểu được tầm quan trọng của địa điểm và hành động trong xử lý nhận thức nói chung.

Định nghĩa giản đồ

Một trong những trở ngại trong lý thuyết giản đồ là rất khó định nghĩa chính xác giản đồ là gì. Rumelhart (1980) nhận dạng bốn phép nội suy của lý thuyết giản đồ, được liệt kê trong Bảng 5.6. Mọi phép nội suy trong số này đều có một mô hình giản đồ khác nhau không nhiều, Rumelhart cho rằng tất cả chúng đều thích hợp trong việc tìm hiểu giản đồ có thể góp phần vào sự hiểu biết nhận thức ở con người.

Một số mô hình mô tả giản đồ rất hạn chế: Alba và Hasher (1987) cho rằng trình bày trí nhớ phong phú hơn lý thuyết giản đồ, nhưng họ đồng ý một mô hình giản đồ khá hạn chế, phát biểu rằng giản đồ trước tiên chỉ mã hóa thông tin thích hợp có liên quan (không phải thông tin khác) sau đó chỉ trích ra ý nghĩa liên quan, sao cho không lưu giữ hình thức thông tin ban đầu. Khi Alba và Hasher nhận dạng các khía cạnh trí nhớ vốn phong phú hơn và cũng bao hàm chi tiết không liên quan và ấn tượng nhận cảm, họ kết luận rằng giản đồ không đủ để giải thích sự trình bày hoạt động ra sao. Nhưng tiếp cận của họ sử dụng một định nghĩa giản đồ hạn chế hơn định nghĩa của Neisser hay bất kỳ định nghĩa nào của các lý thuyết gia khác.

Khung và chữ viết

Có một số khái niệm khác quan hệ mật thiết với quan niệm về giản đồ – và thực ra, đôi khi được xem là những loại giản đồ đặc biệt. Một trong số này là quan niệm về **khung hiểu biết**, do Minsky đưa ra năm 1975. Minsky cho rằng khung là một loại giản đồ chứa đựng thông tin về các sự kiện quen thuộc – hay ít nhất về cấu trúc của chúng. Vì thế khung cung

Bảng 5.6 Phép loại suy đối với giản đồ

1 *Giản đồ như vai trò:* Giản đồ chứa đựng thông tin về bối cảnh trong đó chúng tỏ ra thích hợp, đặc điểm hay vai trò mà bản thân chúng có liên quan, và chữ viết mô tả cách chúng thông thường tự chuyển đổi thành hành động

2 *Giản đồ như lý thuyết:* Bằng cách tạo ra một cấu trúc có ý nghĩa về một sự kiện, đối tượng hay tình huống, giản đồ giúp chúng ta hình thành lý thuyết về thế giới, sau đó kiểm tra bằng hành động của mình.

3 *Giản đồ như các quá trình máy tính:* Giản đồ là những cấu trúc xử lý thông tin chủ động, hình thành công cụ máy tính đánh giá thông tin, mã hóa thông tin và thực hiện sự biến đổi cần thiết bất kỳ đối với thông tin.

4 *Giản đồ như công cụ phân tích:* Chúng ta sử dụng giản đồ để giải mã thành phần và yếu tố của những gì đang diễn ra quanh mình, giống như quá trình giải mã một câu bằng cách phân tích câu ấy thành các thành phần ngữ pháp, có nghĩa.

Nguồn: Rumelhart, 1980

cấp một mô tả chung về loại hiểu biết tham gia trong các tình huống quen thuộc và có thể sử dụng phù hợp. Quan niệm về khung của Minsky tập trung vào chuỗi sự kiện theo suy nghĩ rập khuôn cũng như sự kiện rập khuôn, vì thế cũng có thể có một khung về một ngày điển hình cũng như một khung về loại sự kiện cụ thể, giống như đi xem chiếu bóng.

Năm 1977, Schank và Abelson đề xuất **chữ viết xã hội,** là một loại tương tự như cấu trúc hiểu biết, thêm lần nữa được áp dụng cho các sự kiện rập khuôn hay được rập khuôn. Họ cho rằng chữ viết có thể xem như thuộc về ba loại: (1) **chữ viết tình huống** bao gồm những tình huống xã hội điển hình chẳng hạn như đi ăn nhà hàng, (2) **chữ viết cá nhân** chẳng hạn như những gì liên quan với một bác sĩ hay trong tư cách bè bạn và (3) **chữ viết công cụ** liên quan đến chuỗi hành động rập khuôn hướng đến mục tiêu cụ thể, như về nhà sau khi làm việc.

Chữ viết, theo Schank và Abelson được hình thành thông qua kinh nghiệm của chúng ta và áp dụng vào những tình huống thích hợp khi có vẻ thích hợp. Vì thế chúng cung cấp công cụ hữu dụng để kết hợp hiểu biết thành những cấu trúc nhận thức có nghĩa, cấu trúc mà chúng ta sử dụng trong sinh hoạt hàng ngày. Ngoài ra, chữ viết có khuynh hướng được kích thích thích hợp kích hoạt hoàn toàn tự động. Nói chung, chúng ta áp dụng chữ viết một cách vô thức – thực ra, chúng ta thường chỉ nhận biết chúng khi một số vấn đề xảy ra nằm bên ngoài chữ viết. Một người phục vụ mang cà phê đến cho bạn giữa món ăn thứ nhất và thứ hai phá vỡ chữ viết, vì thế rất đáng lưu ý. Nhưng nếu mọi việc trong khi đến nhà hàng được tiếp nối bằng một chuỗi hành động theo quy ước thì nói chung chúng ta không để ý đến. Tính chất thói quen của chữ viết đôi khi trình bày một vấn đề nếu chúng ta thử chọn một góc độ mới đối với vấn đề.

Trong chương này, chúng ta khảo sát nhiều loại nghiên cứu khác nhau về cách suy nghĩ của con người. Nhưng những gì chúng ta đề cập quá xa ngoài toàn bộ câu chuyện hay thậm chí là lời giải thích đầy đủ về dải nghiên cứu tâm lý hiện có, bao gồm một số lĩnh vực chính nhưng vẫn còn nhiều lĩnh vực khác. Trong chương sau, chúng ta sẽ khảo sát tiếp một số nghiên cứu về trí năng, cũng như một số tranh luận và thảo luận sôi nổi phát sinh từ khái niệm trí năng.

Từ khóa

Sự thích nghi. Quá trình qua đó một giản đồ điều chỉnh thông tin mới bằng cách mở rộng hay thay đổi hình thức hay thậm chí chia nhỏ thành hai ba giản đồ.

Thuật toán. Hoạt động giải quyết vấn đề, nếu được lặp đi lặp lại thích hợp sau cùng đưa đến giải pháp.

Tính tin cậy. Đặc điểm giải quyết vấn đề ở con người trong đó con người sử dụng một khoản thông tin để làm so sánh với phán đoán chi tiết.

Trí tuệ nhân tạo (AI). Hệ thống máy tính có khả năng "học hỏi" và tạo ra cùng loại kết quả như kết quả suy nghĩ của con người.

Sự đồng hóa. Quá trình kết hợp thông tin mới nhưng không thay đổi đặc điểm ban đầu của sự việc đang tiến hành đồng hóa. Chẳng hạn, kết hợp thông tin mới vào giản đồ nhưng không thay đổi giản đồ ấy hay kết hợp các nhóm hay quan điểm văn hóa mới vào xã hội nhưng nói chung không làm thay đổi đặc điểm của xã hội ấy.

Khái niệm cấp cơ bản. Trong phân loại của Rosch, khái niệm trực tiếp liên quan đến hành động và có vẻ liên kết với các phân loại tự nhiên.

Qui kết nhân quả. Lý do giải thích tại sao sự việc xảy ra.

Khái niệm cổ điển. Khái niệm trong đó mỗi minh họa khái niệm bao gồm tất cả đặc điểm dễ phân biệt.

Mã hóa. Chuyển đổi thông tin thành một hình thức trong đó thông tin có thể trình bày trong não.

Bản đồ nhận thức. Hình ảnh suy nghĩ sự vật đang ở đâu. Con người phát triển bản đồ nhận thức theo hiểu biết của mình về một thành phố hay một tổ chức, loài chuột phát triển bản đồ nhận thức khi chúng tìm hiểu mê cung thực nghiệm.

Khoa học nhận thức. Tiếp cận gồm nhiều môn học nghiên cứu trí tuệ nhân tạo và những hiện tượng tương tự, kết hợp các nhà tâm lý học, ngôn ngữ học, khoa học thông tin và các ngành khác.

Phép ẩn dụ máy tính. Quan niệm cho rằng não người hoạt động như máy tính theo cách bộ não xử lý thông tin.

Mô phỏng máy tính. Nỗ lực phát triển chương trình máy tính tái tạo những quá trình ở con người chẳng hạn như giải quyết vấn đề hay học tập kỹ năng.

Suy nghĩ hội tụ. Suy nghĩ hướng về việc tìm ra lời đáp "đúng" duy nhất dành cho vấn đề tập trung vào logic chính xác, kiểm soát suy nghĩ sáng tạo hay trực giác.

Khuôn khổ quyết định. Tập hợp các giả định trong đó ra quyết định cụ thể.

Suy nghĩ phân kỳ. Suy nghĩ mang tính trực giác hay sáng tạo thường bao gồm các bước "nhảy vọt" phi lý hay ý tưởng đột ngột.

Tính giá trị sinh thái. Cách đánh giá giá trị của một trắc nghiệm hay biện pháp (nghĩa là có đánh giá được sự việc cần đánh giá hay không) liên quan đến việc liệu biện pháp hay trắc nghiệm có thực sự giống đối tác của nó trong thế giới thực, hàng ngày hay không. Nói cách khác, liệu có thực sự mang tính thực tế hay không.

Trí nhớ thị giác. "Ảnh chụp" – trí nhớ hình ảnh hay âm thanh chính xác đến mức gần như giống với việc ghi lại thực tế.

Einstellung. Một hình thức trạng thái suy nghĩ trong đó con người không thể giải quyết vấn đề vì họ cố gắng làm như thế trong những úc chế tự áp đặt.

Trình bày tương tác. Trình bày thông tin trong tâm trí bằng ấn tượng của hành động – "trí nhớ cơ bắp".

Sự mắc bẫy. Cách mà con người, ủy ban, v.v.. không thể rút lui khỏi những tình huống không giành thắng lợi vì họ cảm thấy mình đã đầu tư quá nhiều đến mức không thể bỏ cuộc.

Thuyết liệt kê đặc điểm. Lý thuyết hình thành khái niệm cho rằng một khoản được đánh giá thuộc về một nhóm nếu có những đặc điểm chính của nhóm ấy.

Tính cố định chức năng. Trạng thái không thể suy nghĩ về cách sử dụng khác đối với một đối tượng ngoại trừ cách đang được sử dụng thông thường.

Giải pháp cho vấn đề chung. Một chương trình mô phỏng máy tính ban đầu sử dụng phân tích phương tiện – mục đích để giải quyết vấn đề đơn giản.

Suy nghĩ nhóm. Cách mà một ủy ban, thành viên câu lạc bộ hay nhóm người khác xa rời thực tế do sự nhất trí xã hội của riêng họ. Suy nghĩ nhóm có nghĩa là họ ra quyết định nguy hiểm hay ngu xuẩn vì nhóm không đặt nghi vấn cho những giả định của riêng mình hay tính đến những khía cạnh thực tế không mong muốn có thể xảy ra trong tình huống.

Thử – rút kinh nghiệm. Chiến lược giải quyết vấn đề bao gồm việc tiến hành các bước có thể chắc chắn đưa đến giải pháp cho dù chiến lược này không chắc chắn.

Thành kiến nhận thức muộn. Khuynh hướng nhận thức giải pháp mang tính hiển nhiên khi hồi tưởng trong khi không phải phân loại vào thời điểm đó.

Trình bày biểu tượng. Mã hóa thông tin trong suy nghĩ bằng hình ảnh nhận cảm thông thường chứ không phải luôn luôn là hình ảnh thị giác.

Tương quan ảo giác. Ấn tượng mà hai sự kiện hay thực tế liên quan nhau vì xảy ra cùng lúc cho dù trong thực tế giữa chúng không hề có sự nối kết.

Chương trình tương tác. Chương trình máy tính nhằm mục đích thay đổi phản ứng tùy theo đầu vào chúng nhận được từ những người sử dụng chương trình.

Khung hiểu biết. Bối cảnh và tiêu chuẩn của tính liên quan trong đó ấn định một vấn đề.

Suy nghĩ một chiều. Tiếp cận giải quyết vấn đề với các bước thận trọng ngoài giả định và khuôn khổ quy ước trong việc tìm kiếm giải pháp.

Đường cong tập quen. Mẫu biểu đồ dễ phân biệt được tạo ra khi vẽ bản đồ thời gian cần thiết để tập quen một hành vi mới.

Bối cảnh tập quen sự sẵn sàng tiến hành một vài loại tập quen quen thuộc.

Đơn vị nhận biết từ "đơn vị nhận biết từ" theo giả thuyết sử dụng trong các mô hình nhận thức về cách bộ não xử lý thông tin bằng lời.

Phân tích phương tiện - mục đích. Giải quyết vấn đề bằng cách nhận dạng chiến lược có thể đưa người giải quyết đến gần mục tiêu sau cùng hơn.

Phân loại tự nhiên. Khái niệm có vẻ xảy ra tự động thông qua ảnh hưởng di truyền, như một bộ phận cơ bản trong sự thích nghi của động vật hay con người với thế giới.

Xử lý phân phối song song (PDP). Hình thức mô phỏng máy tính trong đó nhiều tuyến logic khác nhau hoạt động cùng lúc với sự nối kết lẫn nhau giữa chúng.

Khái niệm xác suất. Khái niệm trong đó mỗi khoản chắc chắn có thuộc tính quan trọng nhưng không nhất thiết (chẳng hạn chim có thể bay).

Khoảng cách vấn đề. Thuật ngữ sử dụng trong phân tích phương tiện - vấn đề để mô tả sự khác nhau giữa tình huống trực tiếp và mục tiêu mong muốn hay trạng thái cuối.

Xét nghiệm xạ ảnh. Xét nghiệm tâm thần bao gồm việc cung cấp cho con người kích thích tham vọng, tìm hiểu ý nghĩa. Quan niệm cho rằng điều này minh họa sự quan tâm đến suy nghĩ tiềm thức.

Phân tích giao thức. Phương pháp nghiên cứu bao gồm việc phân tích các bước hay giao thức liên quan khi giải quyết vấn đề. Chẳng hạn phương pháp cũng bao gồm việc ghi lại những gì con người phát biểu khi họ đang làm như tiến hành một quá trình sáng tạo.

Khái quát hóa kích thích. Hiện tượng qua đó một động vật tập quen phản ứng trước một kích thích cụ thể có khuynh hướng mở rộng phản ứng sang các kích thích tương tự.

Trình bày tượng trưng. Mã hóa thông tin trong bộ não bằng những ký hiệu đối lập với hình ảnh nhận cảm.

Tóm tắt

1. Có nhiều loại suy nghĩ khác nhau, nhưng hầu hết nghiên cứu tâm lý học đều tập trung vào suy nghĩ hướng về mục tiêu chẳng hạn như giải quyết vấn đề, lập luận và ra quyết định.
2. Nghiên cứu giải quyết vấn đề nhận dạng nhiều cơ chế hạn chế tính linh động nhận thức bao gồm bối cảnh tập quen, Einstellung, tính cố định chức năng và suy nghĩ nhóm. Suy nghĩ phân kỳ, suy nghĩ một chiều và động não được xem như cách gia tăng tính sáng tạo trong suy nghĩ.
3. Nghiên cứu tính sáng tạo cho thấy con người có nhiều cách nhận thức khác nhau cũng như tính sáng tạo cấp cao thường là cơ sở của khả năng thành thạo, đạt được qua kinh nghiệm.
4. Nghiên cứu sử dụng máy tính bao gồm mô phỏng máy tính giải quyết vấn đề ở con người, sử dụng hệ thống sản xuất và những tiếp cận theo thuyết nối kết gần đây, cũng như trí tuệ nhân tạo, bao gồm việc phát triển các chương trình tương tác, hệ thống chuyên gia và robot học.

5. Nghiên cứu lập luận ở con người cho thấy con người áp dụng hiểu biết xã hội trong giải quyết vấn đề, vì thế có vẻ phạm "sai lầm". Nghiên cứu khả năng thành thạo cho thấy có nhiều điểm khác biệt về chất giữa chuyên gia và người mới vào nghề
6. Nghiên cứu việc ra quyết định cho thấy sự đánh giá, phán đoán tính đại diện, tính khả dụng, tính tin cậy và sự mắc bẫy là những phép thử – rút kinh nghiệm do con người tiến hành cũng như khuôn khổ quyết định ấn định vấn đề.
7. Nghiên cứu sự hình thành nhận thức bao gồm các mô hình theo thuyết liên tưởng, trắc nghiệm giả thuyết và nguyên mẫu. Rosch chứng minh hành động và khái niệm liên kết mật thiết với nhau.
8. Những hình thức trình bày khác bao gồm nghiên cứu khái niệm, đơn vị nhận biết từ, bản đồ nhận thức và giản đồ, khung và chữ viết.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Phác họa thuyết hình thành nhận thức của Rosch.
2. Yếu tố nào ức chế giải quyết vấn đề ở con người?
3. Mô tả hệ thống trí tuệ nhân tạo.

Câu hỏi thảo luận

1. Yếu tố xã hội và cá nhân nào tham gia việc trình bày hiểu biết?
2. "Con người tiếp cận giải quyết vấn đề theo cách phi logic nhưng duy lý". Hãy thảo luận.
3. Máy tính có thể mô phỏng suy nghĩ con người hay không?

phần

2

Tính cá nhân và tính bất thường

Trí năng 203

Thuyết nhân cách 240

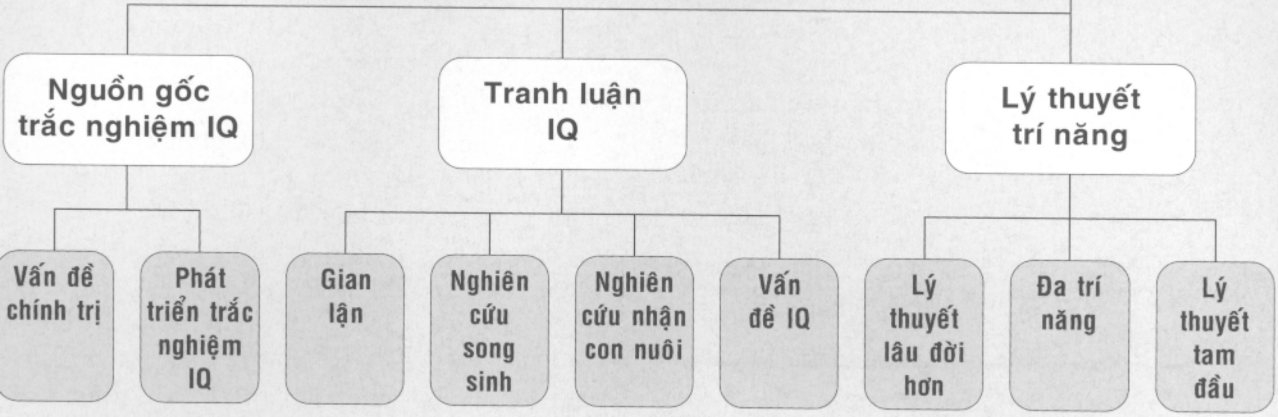
Mô hình y tế của hành vi bất thường 279

Những mô hình thay thế mô hình y tế 313

chương

6

Trí năng


Nguồn gốc trắc nghiệm IQ
Tranh luận IQ
Lý thuyết trí năng
Vấn đề chính trị
Phát triển trắc nghiệm IQ
Gian lận
Nghiên cứu song sinh
Nghiên cứu nhận con nuôi
Vấn đề IQ
Lý thuyết lâu đời hơn
Đa trí năng
Lý thuyết tam đầu

Đối tượng nghiên cứu

6.1. Bối cảnh chính trị

a. Nhận dạng ảnh hưởng xã hội và chính trị trong nghiên cứu IQ

b. Mô tả kết quả xã hội và giáo dục trong nghiên cứu IQ

c. Đánh giá khái niệm thuyết ưu sinh

6.2. Vấn đề chính trị và Binet

a. Mô tả mục đích của Binet trong phát triển trắc nghiệm IQ

b. Sử dụng công thức của Binet để tính IQ

c. Liệt kê ba nguyên tắc trắc nghiệm trí năng của Binet

6.3. Trắc nghiệm IQ theo nhóm ban đầu

a. Mô tả đặc điểm phân phối bình thường

b. Đánh giá trắc nghiệm IQ ban đầu

c. Nhận dạng kết quả thuyết ưu sinh trong nghiên cứu IQ ban đầu

6.4. Khái niệm g

a. Định nghĩa thuật ngữ về trí năng chung

b. Mô tả mô hình trí năng của Spearman

c. Đánh giá tiếp cận phân tích yếu tố trong đánh giá trí năng

6.5. Nghiên cứu tự nhiên – nuôi dưỡng

a. Đánh giá chứng cứ của Burt về tính di truyền trong trí năng

b. Phác họa nghiên cứu song sinh quan trọng về trí năng

c. Mô tả nghiên cứu con nuôi trí năng

6.6. Tính giá trị và thành kiến trong trắc nghiệm IQ

a. Định nghĩa tính tin cậy, tính giá trị và chuẩn hóa trong trắc nghiệm IQ

b. Phân biệt giữa biến đổi trong nhóm và giữa nhóm

c. Nhận dạng nguồn thành kiến văn hóa trong trắc nghiệm IQ

6.7. Đa trí năng

a. Mô tả lý thuyết đa trí năng chính

b. Liệt kê 7 loại trí năng của Gardner

c. Đánh giá chứng cứ lý thuyết trí năng của Gardner

6.8. Lý thuyết trí năng tam đầu

a. Định nghĩa thuật ngữ về trí năng tam đầu

b. Phân biệt giữa các lý thuyết trí năng tam đầu phụ

c. Mô tả đặc điểm trí năng thành phần

Chúng ta đề cập đến trí năng theo nghĩa nào? Trong đời sống hàng ngày, chúng ta muốn đề cập nhiều vấn đề: tôi nghĩ một bài diễn văn của một nhân vật nổi tiếng là bài diễn văn trí năng, có nghĩa hoàn toàn khác với trí năng một người nào đó sử dụng trong khi giải quyết tình huống khẩn cấp. Do đó, bạn biết một ai đó không giỏi, chẳng hạn ở môn toán nhưng rất khéo trong việc duy trì mối quan hệ cá nhân, trong khi một người khác tỏ ra xuất sắc trong giao tiếp xã hội, luôn cho bạn lời khuyên hữu ích khi cần thiết. Trong số họ ai có trí năng nhiều hơn?

VẤN ĐỀ CHÍNH TRỊ TRONG THUYẾT TRÍ NĂNG

Trí năng có lẽ là chủ đề được tranh luận nhiều nhất trong tâm lý học. Con người thường có những quan điểm khác nhau về trí năng là gì, phát triển ra sao và liên quan đến đời sống như thế nào, và những khác biệt này đôi khi phát triển thành những cuộc tranh luận gay gắt. Một trong những lý do chính là trí năng không phải là vấn đề học thuật. Có những ngụ ý chính trị sâu sắc trong vấn đề liệu trí năng có phụ thuộc vào tập quen và kinh nghiệm hay không hay liệu trí năng cố định vì mang tính di truyền, và chính những ngụ ý chính trị nền tảng này luôn tạo ra tranh luận gay gắt như ngày nay. Ngụ ý chính thức trong thuyết trí năng tập trung vào ba vấn đề: phân tầng xã hội, giáo dục và thuyết ưu sinh.

Phân tầng xã hội

Quan niệm xem trí năng như một "đồ vật" mà một số người có nhiều hay ít hơn, chỉ thực sự nổi bật vào cuối thế kỷ 19. Trước thời gian này trong khi người ta công nhận là người này có nhiều trí năng hơn người khác, hay một số có khiếu trong sáng kiến và hùng biện, trí năng được xem là một phẩm chất trong hành động của con người chứ không phải là một thực thể độc lập. Trí năng là một tính từ hay trạng từ chứ không phải danh từ: bạn có thể hành động thông minh hay thực hiện một hành động thông minh, nhưng, ít có quan niệm về "trí thông minh" như một phẩm chất nào đó bạn đang có. Quá trình chuyển đổi một phẩm chất thành "đồ vật" như thể nó có sự tồn tại độc lập được gọi là **đồ vật hóa**, và sự đồ vật hóa khái niệm trí năng xảy ra song song với sự thay đổi trong trật tự xã hội.

Cuối thế kỷ 19, thế giới phương Tây đang chuyển đến một hệ thống chế độ nhân tài trong đó người ta cho rằng chức vụ địa vị cao phải do những người có nhiều năng lực đảm nhận, bất chấp nguồn gốc, và không còn quan niệm chức vụ trong xã hội tùy thuộc vào tài sản thừa kế hay dòng họ. Chính thời điểm này và trong bối cảnh này khái niệm trí năng lần đầu tiên xuất hiện. Và khái niệm này phát sinh vấn đề chính trị liên quan đến nghiên cứu trí năng trong tâm lý học, quan tâm đến việc sử dụng khái niệm trí năng để biện minh cho trật tự xã hội hiện có. Trong một hệ thống chế độ nhân tài, có thể không có sự biện minh nào dành cho những người thuộc giai cấp thượng lưu và trung lưu nắm giữ chức vụ qua cách xét dòng họ. Nhưng nếu họ chứng minh có trí năng nhiều hơn, trong khi thành viên thuộc giai cấp lao động kém trí năng hơn thì địa vị của họ có thể được biện minh là đúng. Vấn đề chính trị xã hội này có ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển trắc nghiệm trí năng ban đầu.

Chính sách giáo dục

Vấn đề giáo dục liên kết mật thiết với phân tầng xã hội, mặc dù không giống nhau. Giáo dục ở trường học và thực tế giáo dục có sẵn trong xã hội có tác dụng ấn tượng đối với đời sống con người. Trong một xã hội công nghệ, tiến bộ xã hội trên cơ sở giáo dục, tranh luận và khẳng định về người nào thông minh và người nào không thông minh là điều quan trọng trong việc quyết định loại hình giáo dục dành cho con người trong xã hội đó. Những tranh luận và khẳng định này vì thế cũng có ngụ ý đối với việc chi tiêu xã hội và chương trình xã hội. Lý thuyết trí năng ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển hệ thống trường học và thực tế giáo dục – ảnh hưởng của chúng đến nay vẫn còn ở Anh.

Thuyết ưu sinh

Vấn đề chính trị sau cùng trong trắc nghiệm trí năng thậm chí tạo ra những kết quả chính trị, xã hội cực đoan hơn, tập trung vào vấn đề **thuyết ưu sinh**. Thuyết ưu sinh là một phong trào chính trị và lý thuyết do Francis Galton (1884) khởi xướng. Trong tác phẩm *Hereditary Genius*, Galton cho rằng từ việc nghiên cứu các dòng họ thuộc vương triều Victor lừng lẫy với trí năng biểu hiện rõ ràng trong dòng họ vì thế trí năng mang tính di truyền. Ông đi đến nhận xét mang tính cảnh báo rằng "giai cấp thấp kém hơn" trong xã hội đang sinh sản quá nhiều và cho rằng như thế sẽ giảm thấp trí năng chung của dân tộc hay của chủng tộc, làm ô nhiễm xã hội với những kẻ dư thừa, say xỉn và thoái hóa với số lượng cực kỳ lớn. Do đó, lập luận thuyết ưu sinh – tự gọi là khoa học – cho rằng những người thấp kém hơn về mặt di truyền không cần được nuôi dưỡng để giữ tính chất "thuần chủng" và tránh hiện tượng "lai giống" trong xã hội.

Quan niệm của Galton được mọi người chấp nhận, ăn sâu vào xã hội đến mức thông qua luật thụ tinh cưỡng bách đối với những người có chỉ số IQ thấp ở một số tiểu bang của Mỹ. Ngoài ra, theo Gould (1997) báo cáo, những luật này tiếp tục được thực hiện – ít nhất ở tiểu bang Virginia cho đến năm 1972. Phong trào thuyết ưu sinh, ở một mức độ nào đó, vẫn còn tồn tại, mặc dù không công khai, ảnh hưởng đến việc định hình chính sách nhập cư ở Anh lẫn Mỹ và lại nổi bật trong khái niệm "thanh trừng chủng tộc" trong những năm gần đây.

Nguyên tắc thuyết ưu sinh gạt bỏ "những mầm mống không mong muốn" để khuyến khích "sự tiến bộ" về gien làm nền tảng cho chương trình tận diệt hàng loạt người Do Thái và người Gypsy của Đế chế thứ ba, liên kết với hình thức tiến hóa giả mạo, thịnh hành trong một thời gian, cho rằng chủng tộc "tiến hóa" theo một trật tự chuỗi, mỗi giai đoạn sau này tiến bộ hơn giai đoạn trước: vì thế người da đen được xem là người nguyên thủy nhất, và chủng tộc Aryan là chủng tộc tiến bộ nhất, các chủng tộc khác nằm ở giữa. Đối với Đức quốc xã, "hôn nhân dị chủng" là một tội nghiêm trọng, vì theo nguyên tắc ưu sinh của Galton, họ xem hành động này làm suy yếu dòng dõi di truyền của nhân loại và ngăn cản sự tiến hóa của "siêu nhân". Đặc biệt họ có thái độ thù địch với người Do Thái và người Gypsy vì họ xem những người này là hạ đẳng, mà sâu xa là khiến cho dòng dõi Aryan xem "hôn nhân dị chủng" là một vấn đề nghiêm trọng.

Vì thế, tác động chính trị của việc lý thuyết hóa tâm lý học về trí năng cũng rất cực đoan. Phớt lờ những vấn đề này là điều ngớ ngẩn vì chúng hiện diện trong quan điểm và thái độ của các nhà tâm lý học nghiên cứu lĩnh vực này ngay từ đầu và trực tiếp định hình cách xúc tiến nghiên cứu tâm lý học trong lĩnh vực này. Trong chương này, trước hết chúng ta xét đến sự phát triển trắc nghiệm trí năng và một số cách liên kết vấn đề chính trị và chứng cứ tâm lý. Sau này, chúng ta khảo sát một số lý thuyết trí năng đã được đề xuất và các nhà nghiên cứu hiện đại khái niệm hóa vấn đề trí năng ra sao.

PHÁT TRIỂN TRẮC NGHIỆM TRÍ NĂNG

Trách nhiệm trí năng chia thành hai nhóm. Loại thứ nhất được phát triển trên cơ sở **tương quan độ tuổi:** quan niệm cho rằng con người phải biết nhiều vấn đề khác nhau và cần kỹ năng khác nhau ở các độ tuổi khác nhau. Loại trắc nghiệm này khảo sát liệu cá nhân có đáp ứng tiêu chuẩn được mong đợi đối với độ tuổi và tính toán trí năng phù hợp hay không. Loại trắc nghiệm trí năng thứ hai xuất hiện muộn hơn,và đây là trách nhiệm trên cơ sở nguyên tắc **phân tích yếu tố** thống kê. Trong trắc nghiệm phân tích yếu tố, yếu tố thông thường có vẻ làm nền tảng cho kết quả của các vấn đề khác nhau trong trắc nghiệm trí năng được nhận dạng theo thống kê.

TRẮC NGHIỆM TƯƠNG QUAN ĐỘ TUỔI

Trắc nghiệm trí năng đầu tiên do Alfred Binet phát triển ở Pháp năm 1905 (Binet và Simon, 1905). Bộ giáo dục Pháp lập ra những trường chuyên dành cho những người "kém thông minh" hay dưới mức bình thường, Binet được phân công phát triển một trắc nghiệm khách quan để nhận dạng số trẻ như thế.

Binet lập luận rằng trí năng ở trẻ là một quá trình phát triển, vì thế có thể nhận dạng hợp lý dưới dạng có thể mong đợi điều gì ở trẻ thuộc một độ tuổi nhất định. Chẳng hạn, bạn không nghĩ rằng một trẻ lên hai có khả năng kể tên các ngày trong tuần, nhưng hợp lý khi cho rằng trẻ lên tám có thể làm được chuyện ấy. Cùng với đồng nghiệp Theodore Simon, Binet tập hợp một loạt những công việc phát triển như thế và bằng cách lấy mẫu nhiều trẻ em, họ có khả năng phát triển một trắc nghiệm làm cho những công việc này phù hợp với các độ tuổi khác nhau. Họ cũng nghĩ ra một kỹ thuật để diễn đạt trẻ so với bạn đồng tuổi như thế nào trong một hình ảnh con số đơn giản (Binet và Simon, 1911), còn gọi là **chỉ số thông minh** hay **IQ**, được tính toán bằng cách so sánh độ tuổi suy nghĩ của trẻ (được đánh giá bằng công việc phát triển) với độ tuổi thật, theo niên đại của trẻ, theo công thức sau:

$$\text{Chỉ số thông minh (IQ)} = \frac{\text{Độ tuổi suy nghĩ}}{\text{Độ tuổi niên đại}} \times 100$$

Như bạn có thể thấy trong công thức, nếu độ tuổi suy nghĩ của trẻ chính xác bằng với độ tuổi niên đại, thì khi đó chỉ số IQ của trẻ sẽ bằng 100, trẻ có suy nghĩ "trước tuổi" thì chỉ số IQ sẽ hơn 100.

Không như các nhà nghiên cứu sau này, Binet không xem IQ cố định trong mọi cách. Thay vào đó, ông xem chúng như là bức ảnh chụp nhanh đơn giản về một đứa trẻ vào thời điểm ấy. Binet đi đến lập luận rằng giá trị trong đánh giá chỉ số IQ theo cách này là việc chứng minh nỗ lực giáo dục nên được định hướng ở đâu – trẻ có điểm số thấp hơn 100 sẽ được tham gia khóa học "chỉnh hình suy nghĩ" nhằm mục đích giúp trẻ theo kịp với số trẻ khác cùng độ tuổi. Để phản ứng với quan niệm cho rằng trí năng là một phẩm chất cố định, và không đổi, ông lập luận: *"Chúng ta phải bảo vệ và phản ứng chống lại thái độ bi quan cục súc này"* (Binet, 1913: 140-1). Quan điểm này khác hẳn quan điểm của những người phát triển trắc nghiệm trí năng về sau này.

Nguyên tắc trắc nghiệm trí năng của Binet

Binet khẳng định ba nguyên tắc cơ bản khi sử dụng trắc nghiệm. Thứ nhất là điểm số mà ông nghĩ ra thuần túy nên được xem là công cụ thực tế, không nên nghĩ rằng nó biểu thị tính cố hữu hay thường trực. Ông khẳng định không nên xem nó là biểu thị trí năng hay ủng hộ một lý thuyết trí năng bất kỳ. Nguyên tắc thứ hai là thang độ đơn thuần là hướng dẫn thô nhận dạng trẻ giảm thiểu trí năng hay bất lực trong học tập và trẻ cần được giúp đỡ đặc biệt. Ông cũng cho rằng không nên áp dụng để phân loại trẻ bình thường. Và nguyên tắc thứ ba là điểm số không phải là nhãn gán – sử dụng để nhận dạng sự giúp đỡ đặc biệt có thể tạo ra sự cải thiện ở đâu chứ không phải gán cho trẻ cái tên hạn chế bẩm sinh.

Thật trớ trêu, các nhà tâm lý học hiện đại và những người khác sử dụng trắc nghiệm IQ trở lại việc chấp nhận những nguyên tắc của Binet – mặc dù thường không thừa nhận rằng chúng đã có mặt ngay từ buổi đầu. Ngày nay, hầu hết các nhà tâm lý học đều xem chỉ số IQ là một dấu chỉ báo hữu dụng đánh giá hiện trạng của một người nhưng không phải là một giới hạn không đổi. Nói chung, trắc nghiệm trí năng do các nhà tâm lý học sử dụng trong khả năng chẩn đoán để biểu thị sự giúp đỡ dành cho đối tượng nào. Nhưng trong nhiều thập niên giữa lần công bố của Binet và hiện tại, trắc nghiệm IQ được sử dụng rất khác nhau và theo cách đi ngược lại dự định của Binet.

Từ trắc nghiệm trí năng đến trắc nghiệm IQ

Trắc nghiệm của Binet du nhập sang Mỹ và Anh và được thay đổi. Ngay lập tức trắc nghiệm được coi trọng và áp dụng hoàn toàn khác xa với dấu chỉ báo chẩn đoán mà Binet dự định. Các nhà tâm lý học ở cả hai nước khẳng định rằng chỉ số IQ tượng trưng cho một phẩm chất cố định, không đổi, phẩm chất này thuần túy do sự di truyền tạo ra. Ngoài ra, những nhà tâm lý học này còn đi đến lập luận rằng có thể xếp hạng cá nhân theo chỉ số IQ và những khác biệt có thể nhìn thấy giữa các nhóm xã hội và thậm chí giữa các chủng tộc qui cho sự khác biệt về gien bẩm sinh. Để hiểu những thay đổi ấn tượng trong lý thuyết IQ, cũng cần nghiên cứu bối cảnh xã hội, tâm lý trong đó chúng diễn ra. Một phần bối cảnh này có thể tìm thấy trong quan điểm của các nhà tâm lý học có nhiều ảnh hưởng sâu rộng: Galton ở Anh, và Goddard ở Mỹ.

Galton

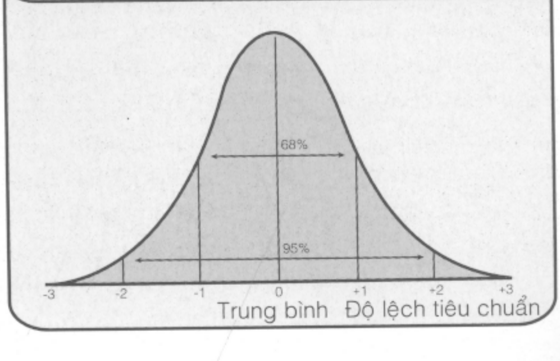
Francis Galton là người tin tưởng tuyệt đối vào quan điểm di truyền, như chúng ta chứng kiến, ông là người ủng hộ phong trào thuyết ưu sinh. Galton luôn phát biểu lặp đi lặp lại quan điểm của mình cho rằng con người có thể phân loại theo *giới hạn trên* của khả năng, cho dù có nỗ lực đến đâu đi nữa thì cũng không thể vượt qua giới hạn này (chẳng hạn, xem Galton, 1869). Ngoài ra, ông lập luận rằng những giới hạn này về thể xác hay tinh thần, đều tuân thủ **sự phân phối Gaussian**. Mẫu kết quả này còn gọi là **phân phối bình thường,** được minh họa trong Hình 6.1.

Galton đi đến những kết luận này do kết quả nghiên cứu đo vòng ngực của 5700 người Scotland, và chiều cao của quân nhân Pháp, nhưng ông cũng tin rằng đặc điểm tâm thần cũng như thế. Ông phát biểu:

> *"Nếu điều này đúng với vóc dáng thì cũng đúng với mọi đặc điểm thể xác khác – như chu vi đầu, kích thước bộ não, trọng lượng chất xám, số sợi tóc, và do đó không nhà sinh lý học nào là không xem chúng liên quan đến khả năng suy nghĩ".*
>
> (Galton, 1869; in lại 1961: 13)

Dẫn chứng thật đáng giá, khi cho thấy giả định của Galton rằng đặc điểm tinh thần lệ thuộc vào đặc điểm thể xác: một quan điểm bị ngành sinh lý học lẫn tâm lý học hiện đại phủ nhận. Tuy nhiên, bất chấp tính không giá trị của giả định này, quan niệm cho rằng trí năng thông thường được phân phối vẫn hiển nhiên

Hình 6.1 Đường cong phân phối bình thường



như xưa nay. Thật ngẫu nhiên, bạn cũng nhận thấy rằng Galton là "nhà sinh lý học" hơn là nhà tâm lý học. Năm 1869, tâm lý học chưa phải là một ngành học, hay ít nhất là ở Anh, mặc dù nó đã được hình thành ở Đức.

Galton củng cố lập luận của mình bằng cách thành lập một "Trung tâm đo nghiệm nhân chủng" ở South Kensington, nơi đó, phí gia nhập là 3 đô la, các thành viên có thể đến đó để được đánh giá đặc điểm hình thể của mình – chiều cao, sức kẹp chặt, đường kính bắp tay và nhiều cơ quan khác. Điều này cung cấp cho Galton dữ liệu về đặc điểm hình thể của hàng ngàn cá thể (cũng như một lượng thu nhập nhất định). Kết quả của những lần kiểm tra này khẳng định nhận xét của Galton cho rằng việc đánh giá đặc điểm hình thể ở con người cũng đủ lấy được mẫu do sự phân phối bình thường tạo ra (Galton, 1888).

Một số dữ liệu hạn chế hơn khi khám sức khỏe tuyển dụng sĩ quan quân đội cũng có vẻ ủng hộ quan niệm của Galton cho rằng trí năng được phân phối bình thường mặc dù đương nhiên điều này không trải rộng trong dân số theo như cách đo nghiệm nhân chủng. Nhưng công trình của Galton có nghĩa là, khi nghĩ ra chỉ số IQ thì có dòng chảy lý thuyết ngầm sẵn sàng xem chỉ số thông minh được phân phối bình thường và cố định, và dòng chảy ngầm xã hội ủng hộ phong trào thuyết ưu sinh.

Goddard

Thuyết di truyền cứng nhắc của Galton ảnh hưởng đến các nhà nghiên cứu khác. Ở Mỹ, Goddard (1912) công bố nghiên cứu một dòng họ cụ thể mà ông đặt tên là 'Kallikaks'. Nghiên cứu này được tái tạo phổ biến trong các sách giáo khoa tâm lý học và sinh học trong vài thập kỷ sau để làm minh họa kết quả của "tính di truyền xấu" có thể lan rộng khắp xã hội nếu con người "bị thoái hóa về gien" được phép sinh sản không hạn chế. Một nhánh trong dòng họ Kallikak được cho rằng bắt nguồn từ quan hệ bất chính của ông cha, Martin Kallikak, với một cô hầu rượu kém thông minh, trong khi một nhánh khác bắt nguồn từ cuộc hôn nhân của ông về sau này với một nữ tín đồ Quaker đáng kính. Sách giáo khoa lần theo dòng dõi và tiến bộ xã hội của mỗi nhánh trong dòng họ này.

Giải thích của Goddard chứng minh rằng sự phối hợp đầu tiên tạo ra một dòng dõi gồm những người thoái hóa, đần độn trong xã hội, trong khi dòng dõi thứ hai tạo ra những thành viên đáng kính trong xã hội. Ông qui tất cả những khác biệt này vào sự ảnh hưởng của một gien duy nhất tạo ra sự kém thông minh, ở cô hầu rượu và truyền cho tất cả con cháu của cô ta. Nghiên cứu sau này trong sách giáo khoa của Goddard (Gould, 1981) cho thấy trong hầu hết các ảnh chụp thành viên kém thông minh trong dòng họ Kallikak, gương mặt bị sửa lại thật thô lỗ để làm cho họ có vẻ đần độn thêm. Ngoại lệ duy nhất là ảnh chụp một thành viên Kallikak được cơ sở của Goddard chăm sóc. Goddard lập luận sự chăm sóc trong cơ sở sẽ là giải pháp của xã hội giải quyết vấn đề thoái hóa gien đang gia tăng, một phần vì nó ngăn cản yếu tố tội phạm tiềm năng trong xã hội và một phần vì nó ngăn cản việc sinh sản, vì thế kéo dài mãi đặc điểm gien không theo ý muốn. Goddard khẳng định nếu để họ sống trong xã hội, những người như thế sẽ là những tên bẩn thỉu trong xã hội và đạo đức.

Mỹ hóa trắc nghiệm IQ

Các nhà tâm lý học Mỹ khác, nhất là Louis Terman và Robert Yerkes thay đổi trắc nghiệm Binet thành hình thức có thể dùng để phân loại. Họ cũng xuất phát từ quan điểm thuyết ưu sinh, xem trắc nghiệm trí năng cung cấp khả năng đánh giá trí năng bẩm sinh. Vì họ cho rằng sự đần độn và/ hoặc sự thoái hóa bẩm sinh là nguồn gốc của hầu hết các vấn đề xã hội, kể cả nghèo đói và thất nghiệp, những nhà nghiên cứu này đều hoan nghênh trắc nghiệm trí năng. Nói chung, họ xem trắc nghiệm có khả năng nhận dạng những gì mà họ qui là khiếm khuyết trí năng "cấp cao ẩn giấu" (những người có chỉ số IQ ở khoảng 70 hay 80). Vì những người như thế nói chung hoàn toàn có khả năng sống cuộc đời bình thường, không dễ phát hiện họ như những người giảm thiểu trí năng hay thấp hơn bình thường.

Những nhà nghiên cứu này không che giấu quan điểm thuyết ưu sinh. Khi Terman đưa ra phiên bản Mỹ hóa đầu tiên trắc nghiệm Binet, trắc nghiệm **Stanford-Binet** (Terman, 1916), ông viết lời giới thiệu như sau:

> *"Trong tương lai không xa, trắc nghiệm trí năng sẽ giám sát và bảo vệ xã hội đối với hàng vạn người khiếm khuyết cấp cao này, sau cùng hành động này sẽ cắt giảm sự sinh sản những kẻ đần độn và hạn chế số lượng tội phạm khổng lồ, hạn chế nạn nghèo đói và năng suất công nghiệp kém cỏi".*
>
> (Terman, 1916: 6–7)

Thật khó có được lời phát biểu nào rõ hơn về dự định ưu sinh: với nhiều từ ngữ như thế, giới thiệu này phát biểu rằng những người được xem là "hạ đẳng" theo trắc nghiệm IQ đều không được phép sinh sản.

Goddard áp dụng trắc nghiệm Binet được Terman chuyển đổi cho những người nhập cư mới đến Mỹ, nhưng vẫn còn ở trung tâm nhập cư trên đảo Ellis (Goddard, 1913). Bất chấp sự phản đối của những người phiên dịch, họ cho rằng chính họ cũng không thể làm bài trắc nghiệm được khi lần đầu đến quốc gia này, Goddard cùng trợ lý chẩn đoán nhiều người Do Thái, Hungary, Ý và Nga xem họ "đần độn" hết thuốc chữa – một kết quả dẫn đến việc hạn chế nhập cư, sau đó có nghĩa là phần lớn người châu Âu tìm nơi tị nạn sau khi đảng Quốc xã ra đời ở Đức, điều bị từ chối nhập cư vào Mỹ.

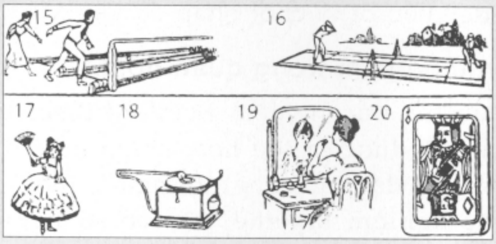
Trắc nghiệm trong quân đội Mỹ

Mặc dù trắc nghiệm Stanford-Binet ban đầu đã được cá thể hóa, nhằm mục đích một lần đánh giá chỉ một người, một loạt **trắc nghiệm tập thể** trên cơ sở nguyên tắc tương tự được nhà tâm lý học người Mỹ có nhiều ảnh hưởng khác phát triển, Robert Yerkes. Trắc nghiệm tập thể có hai hình thức: hình thức viết gọi là 'Alpha', và phiên bản trên cơ sở hành động, có hình vẽ dành cho người không biết chữ, gọi là 'Beta'. Thuận lợi ở chỗ chúng là trắc nghiệm giấy viết, với những hướng dẫn chuẩn hóa có nghĩa là một người trắc nghiệm cùng lúc có thể phân phối cho nhiều người.

Năm 1921, Yerkes công bố kết quả áp dụng những trắc nghiệm IQ mới này cho 125000 thanh niên tuyển dụng vào quân đội Mỹ. Kết quả của những trắc nghiệm này cho thấy có sự khác biệt rất lớn ở các nhóm. Nói chung, những người sinh ra ở nước ngoài đều có điểm thấp hơn những người sinh ra ở Mỹ. Cùng với công trình của Goddard, thông tin thu thập từ dữ liệu quân đội ảnh hưởng mạnh đến luật hạn chế nhập cư của Mỹ đối với Trung và Nam Âu.

Tuy nhiên, nghiên cứu những trắc nghiệm này cho thấy câu hỏi mang thành kiến văn hóa cực đoan, vì thế không có gì phải ngạc nhiên khi những người sinh ở nước ngoài đều kém thành công khi làm trắc nghiệm. Trắc nghiệm bao gồm những khoản kiến thức "chung" chẳng hạn như biết tục danh của các đội bóng chày Mỹ hay trong phiên bản hình vẽ, vẽ chiếc thìa nằm bên tay phải của thực khách, trong khi vẽ thìa nằm bên tay trái được đánh dấu là sai, hay vẽ một quả banh bowling trên tay một người đàn ông trong đường ném bowling, trong khi vẽ banh trên tay

Hình 6.2 Một số khoản mục trong trắc nghiệm hoàn thành hình vẽ của Yerkes



một phụ nữ trong cùng bức hình được đánh dấu là sai cũng như vẽ hình trong tư thế chuyển động (xem Hình 6.2).

Thật thú vị, cả Goddard lẫn Terman sau này thay đổi suy nghĩ di truyền cố định của họ. Từ công việc ở cơ sở, Goddard đi đến suy nghĩ rằng sự đần độn dứt khoát có thể chữa trị được cũng như ông đã đặt ra tiêu chuẩn kém thông minh quá cao ở các nhóm di dân (Goddard, 1928) trong khi Terman sau này nghiên cứu giả thuyết môi trường giải thích cả sự khác biệt lẫn thay đổi trong điểm số IQ ở trẻ vùng nông thôn như kết quả giáo dục ở trường (Terman và Merrill, 1937). Tuy nhiên, lúc đó là điều bất lợi. Quan điểm di truyền được trân trọng không những trong các sách giáo khoa tâm lý học mà còn trong việc hạn chế nhập cư và giả định xã hội ở châu Âu cũng như ở Mỹ. Cho dù không chính xác, quan điểm cho rằng trí năng mô tả một phẩm chất cố định, có tính di truyền đã trở thành một khái niệm cơ bản trong việc phát triển trắc nghiệm IQ và niềm tin xã hội ảnh hưởng sâu rộng.

TRẮC NGHIỆM TRÍ NĂNG PHÂN TÍCH YẾU TỐ

Trong khi tiếp cận di truyền để tìm hiểu IQ tỏ ra vững chắc ở Anh, một tiếp cận thay thế quan điểm tương quan độ tuổi trong trắc nghiệm trí năng được phát triển ở Anh. Năm 1904, Spearman công bố một luận văn lập luận rằng việc áp dụng kỹ thuật thống kê **phân tích yếu tố** đối với điểm số thu được trong nhiều trắc nghiệm nhỏ cung cấp chứng cứ thống kê cho một yếu tố chung, thường thành công khi giải quyết tất cả hay hầu hết các vấn đề. Spearman gọi đây là yếu tố **g,** và cho rằng yếu tố này tượng trưng cho cách đánh giá trí năng chung, vốn là mục đích đánh giá của trắc nghiệm trí năng. Cũng có những kỹ năng tập quen cụ thể ảnh hưởng đến hoạt động trí năng mà Spearman phân loại thành **yếu tố s,** liên quan đến kỹ năng cụ thể.

Vì các nhà tâm lý học nghiên cứu lĩnh vực đều chắc chắn rằng những trắc nghiệm đánh giá trí năng như thế (mặc dù nhiều nhà tâm lý học khác phê bình nhiều hơn), ngụ ý rằng trí năng có thể nhận dạng bằng một điểm số duy nhất và trình bày một "đồ vật" cụ thể dễ được chấp nhận. Bản thân Spearman nghĩ rằng phải khám phá phân tầng sinh học của bộ não, tạo ra "năng lực suy nghĩ" có sự tham gia của yếu tố g (Spearman, 1923).

Tiếp theo dòng suy nghĩ này, Burt (1955) và Vernon (1971) mô tả nhiều yếu tố nhóm xuất hiện giữa **g** và **s.** Họ nhận dạng nhiều kỹ năng bằng lời và khả năng giáo dục (mà họ qui là **v:ed**) và một nhóm khả năng không gian và cơ học khác (mà họ qui là **k:m**). Burt và Vernon xem g là yếu tố di truyền, vì thế cố định, nhưng họ xem những yếu tố nhóm này và s là do đào tạo mà có. Cattell (1971) nhận dạng sự phân biệt giữa những gì mà ông mô tả là trí năng "lỏng" và "kết tinh" – nói cách khác, giữa các khía cạnh trí năng có thể cải thiện bằng đào tạo, vì thế được xem là "lỏng", và các khía cạnh trí năng không chắc thay đổi nhiều, vì thế cố định hay "kết tinh".

Tiếp cận phân tích yếu tố bị Gould (1997) chỉ trích. Phân tích yếu tố là một kỹ thuật thống kê nhằm mục đích nghiên cứu liệu điểm số có được nhiều cách đánh giá khác nhau tạo ra có điểm chung nào không. Khía cạnh toán học trong phân tích yếu tố rất phức tạp, nhưng một trong những đặc điểm quan trọng của phân tích yếu tố là cách nhận dạng việc hợp điểm số thành nhóm, bao gồm việc chọn một vector và nghiên cứu điểm số tập hợp xung quanh nó ra sao. Như thế, người ta khẳng định rằng có lẽ chúng bắt nguồn từ một nguồn chung: Spearman cho rằng nhiều điểm số từ các khoản trắc nghiệm trí năng khác nhau tập hợp quanh một vector cụ thể chứng minh rằng có một yếu tố chung, yếu tố **g** làm nền tảng.

Gould (1997) chứng minh quyết định nên chọn vector nào trong phân tích yếu tố là một quyết định tùy tiện. Ông chỉ rõ yếu tố **g** rõ ràng làm nền tảng cho những công việc khác nhau sử dụng trong trắc nghiệm trí năng có vẻ chỉ khi nào vector được sử dụng trong phân tích định hướng theo chiều cụ thể. Nếu được định theo hướng khác thì những yếu tố chung này biến mất. Vì lý do ấy, Gould cho rằng chứng cứ từ phân tích yếu tố không thể xem là "bằng chứng" thực sự là yếu tố nền tảng thông thường trong công việc trí năng.

Yếu tố g như tính di truyền

Yếu tố g của Spearman làm công cụ đáng giá đối với các lý thuyết gia di truyền. Quan niệm về yếu tố chung, đơn giản làm nền tảng kết quả trắc nghiệm trí năng đưa ra lời biện minh lý thuyết cho việc họ sử dụng IQ trong việc xếp hạng cá nhân và tập thể trong xã hội vì nó ủng hộ quan điểm cho rằng trí năng là một khả năng cố định, có thể đánh giá xem một người có nhiều trí năng hay ít. Những người phát triển trắc nghiệm trí năng thường có những khoản chọn chung, không dựa trên cơ sở lý thuyết trước mà vì có vẻ chúng hoạt động – một vấn đề mà chúng ta sẽ trở lại vào cuối chương khi khảo sát lý thuyết trí năng của Sternberg. Nhưng Spearman cho rằng việc nhận dạng **g** thúc đẩy phần lớn tính thống nhất về khái niệm và lý thuyết của các trắc nghiệm trí năng và vì thế cũng gia tăng tính hiệu quả.

Công trình của Spearman được Cyril Burt chọn, ông đi đầu trong tiếp cận phân tích yếu tố trong trắc nghiệm trí năng. Vốn là một nhân vật có nhiều ảnh hưởng trong ngành tâm lý học Anh lẫn Mỹ, Burt tỏ ra là một người theo thuyết ưu sinh cực đoan, và cho rằng trong suốt sự nghiệp của mình trí năng là một phẩm chất cố định, mang tính di truyền (chẳng hạn xem Burt, 1912, 1972). Ông lập luận rằng sự tồn tại của yếu tố g, được biểu thị bởi phân tích yếu tố, chứng tỏ rằng một yếu tố chung tồn tại trong trí năng, và ngoài ra, yếu tố này mang tính di truyền và có thể đánh giá bằng con số.

TRƯỜNG HỢP CYRIL BURT

Trong tư cách nhà tâm lý học giáo dục đầu tiên của Anh,quan điểm của Burt trực tiếp mang tính công cụ trong việc chấp nhận trắc nghiệm trí năng để quyết định tiếp cận giáo dục, kết quả ra đời Đạo luật giáo dục 1944, giới thiệu một hệ thống tuyển chọn ở độ tuổi 11 cho các loại trường trung học khác nhau, tùy thuộc vào hoạt động của trẻ trong kỳ thi tuyển gọi là 11+ (Burt, 1959). 11+ bị chỉ trích nặng nề trong những năm sau, khi đưa đến một hệ thống tuyển chọn thành phần ưu tú gắt gao gán cho trẻ khi còn nhỏ tuổi. Nhưng điều quan trọng phải thừa nhận rằng trước khi giới thiệu hệ thống này, trẻ thuộc giai cấp lao động hầu như không được vào trung học. Sau khi giới thiệu kỳ thi 11+, trẻ thuộc giai cấp lao động "sáng dạ" có thể học hành đầy đủ hơn, thậm chí lên đến đại học. Mặc dù trong những năm sau, hệ thống này được xem là không thích hợp, cần xem lại trong bối cảnh thời điểm – và trong thời điểm ấy, hệ thống tạo ra nhiều cơ hội cho trẻ thuộc giai cấp lao động. Kamin (1979) nhận xét Burt đang tìm cách hạn chế cơ hội dành cho trẻ thuộc giai cấp lao động một cách có hệ thống, nhưng thực tế, đây là lời quả quyết không có cơ sở.

Mặc dù có nhiều chỉ trích quyết liệt khác đối với công trình của Burt. Khi Hearnshaw, một người thán phục Burt, viết tiểu sử của ông, nghiên cứu tỉ mỉ tài liệu và xác nhận của những người quen biết ông tiết lộ rằng Burt đã có một số hành động gian lận khoa học nghiêm trọng (Hearnshaw, 1979). Kết luận của Hearnshaw tập trung vào ba trường hợp: trường hợp thứ nhất, quan trọng nhất, dữ liệu của Burt về trẻ song sinh, trường hợp thứ hai một số dữ liệu về sự giảm sút tiêu chuẩn giáo dục, và trường hợp thứ ba quả quyết của ông về lịch sử phân tích yếu tố.

Sử dụng nghiên cứu song sinh của Burt

Phần lớn nguồn ảnh hưởng của Burt trong nước Mỹ lẫn Anh phát xuất từ dữ liệu mang tính thuyết phục rành rành mà ông đưa ra để ủng hộ lập luận của mình. Đối với những người theo thuyết di truyền, nghiên cứu thuyết phục nhất là nghiên cứu liên quan đến trẻ song sinh cùng trứng được tách rời. Nếu hai trẻ song sinh cùng trứng, giống nhau về gien thì khi được nuôi dưỡng trong môi trường riêng biệt, thì sự khác biệt bất kỳ giữa hai trẻ là do tác động của môi trường. Nếu hai trẻ vẫn giống nhau bất chấp môi trường khác biệt thì sự giống nhau ấy là do ảnh hưởng của gien. Chúng ta sẽ trở lại khảo sát chi tiết hơn ở một số nghiên cứu song sinh khác cuối chương này. Cũng đáng lưu ý quan điểm cho rằng đặc điểm di truyền mang tính cố định, không đổi trong một giả định đáng ngờ về sinh học (xem Khung 6.1).

Tuy nhiên, trẻ song sinh cùng trứng được tách rời rất hiếm và nghiên cứu đối tượng này có khuynh hướng chỉ dựa vào những mẫu rất nhỏ. Mặc dù Burt báo cáo nghiên cứu 53 cặp trẻ song sinh cùng trứng được tách rời – một con số ngoại lệ. Ngoài ra, ông báo cáo có sự tương quan cực kỳ cao trong chỉ số IQ (,86) mà ông quả quyết là chứng cứ dứt khoát cho thấy trí năng được di truyền trực tiếp. Tuy nhiên, Hearnshaw nhận thấy số trẻ song sinh mà Burt quả quyết đã kiểm tra rất đáng ngờ. Trong một luận văn năm 1955, Burt báo cáo dữ liệu của 21 cặp trẻ song sinh cùng trứng được tách rời. Nhưng trong một luận văn công bố năm 1966, con số này tăng lên 53. Burt trong suốt giai đoạn này ghi chép rất tỉ mỉ, thậm chí ghi cả sự việc không quan trọng và khách tham quan, nghiên cứu của Hearnshaw đối với sổ nhật ký này cho thấy không có chứng cứ nào về sự kiểm tra chi tiết bất kỳ cặp song sinh nào trong giai đoạn ấy.

Cô Conway và cô Howard

Dữ liệu bổ sung của Burt do hai trợ lý nghiên cứu thu thập: một cô tên Conway, cô kia tên Howard. Nhưng điều tra của Hearnshaw cho biết hai cô này được một số đồng nghiệp của ông cho là "bút danh" của Burt. Chẳng hạn thư ký của ông nhớ lại rằng ông ký tên vào một lá thư của cô Howard và cũng ít nhất Burt viết bài báo, cô thư ký đánh máy, gởi đi bằng bút danh này.

Năm 1976, Oliver Gillie tường thuật trên tờ *Sunday Times* rằng nghiên cứu về hai trợ lý của Burt đã không thành công: không ai thường xuyên làm việc với ông lại nhớ được mình đã từng gặp họ mặc dù một đôi vợ chồng không phải là đồng nghiệp thân mật nghĩ rằng họ có nhớ mang máng một cô trong số này. Ngoài ra, không hề có ghi chép danh sách trả lương hay việc họ đến nhà ông chơi. Thông tin mà Burt tự mình cung cấp trước khi ông mất rất mâu thuẫn. Chẳng hạn có lúc ông viết một trong những nhà nghiên cứu di cư sang Úc, nhưng theo luận văn được công bố của riêng ông ngày tháng ông ghi lại xảy ra trước khi họ thu thập dữ liệu nghiên cứu của ông ở London. Gillie kết luận rằng liệu những phụ nữ này có tồn tại hay không cũng rất đáng ngờ.

Khung 6.1 Sai lầm sinh học trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng

Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng thực sự là một sai lầm. Mặc dù rất thịnh hành trong tâm lý học và y học trong thập niên 1950 và 1960, nhưng đặc biệt không hề thịnh hành đối với các nhà di truyền học và sinh học – phần lớn chỉ vì họ hiểu sự tương tác gien và môi trường chính xác hơn nhiều. Chẳng hạn, một vấn đề quá trình là tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng là xem nhẹ sự phát triển của cơ thể sống. Tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng cho rằng sự phát triển do yếu tố gien hay yếu tố mô tả gây ra. Nhưng diễn đạt yếu tố này theo nghĩa một trong hai là tạo ra sự phân biệt giả tạo. Phân biệt sinh học mà quan điểm này đưa đến là phân biệt **kiểu gien** (genotype) và **kiểu hình** (phenotype). Kiểu gien là thiết kế di truyền, hay "dấu ấn" được thể hiện trong mẫu gien của cá thể, và do cả bố mẹ truyền sang. Nhưng kiểu hình là một tập hợp đặc điểm mà cá nhân thực sự phát triển: nếu chúng ta quan sát một đứa trẻ hay một người lớn, những gì chúng ta nhìn thấy là kiểu hình, chứ không phải kiểu gien. Kiểu gien cố định nhưng kiểu hình dễ thay đổi.

Không thể xác định kiểu gien của một người. Con người xuất hiện do sự tương tác giữa kiểu gien và kinh nghiệm – một số kế thừa thể tạng cao, tóc vàng hoe chẳng hạn, điều này là do cá thể ấy được đối xử theo cách khác với những người có thể tạng thấp, tóc đen. Trong ý nghĩa đó, kiểu gien ảnh hưởng đến kinh nghiệm cá thể. Nhưng tính chất ảnh hưởng ấy thay đổi tùy theo loại xã hội mà cá thể ấy đang sống, tiểu văn hóa trong xã hội ấy và mối quan hệ gia đình của cá thể ấy. Một người có loại kiểu gien này khi trưởng thành có vẻ tự tin, điềm đạm, hòa đồng, người khác có thể hấp dẫn đến mức bị lạm dụng tình dục khi còn bé, hay trưởng thành trong một văn hóa nơi những thuộc tính này bị xem thường, trở nên nhút nhát, thiếu tự tin và miễn cưỡng thu hút sự chú ý.

D.O. Hebb trở lại vấn đề vào năm 1949, khi ông chứng minh cả tự nhiên lẫn nuôi dưỡng đều cần thiết trong sự phát triển trứng. Ông nêu, nếu lấy kiểu gien đi thì không có trứng, nếu đem trứng ra khỏi môi trường ấm áp, trứng sẽ chết. Tự nhiên không thể xem là khác biệt với nuôi dưỡng vì luôn có sự tương tác giữa cả hai – yếu tố này hoàn toàn lệ thuộc vào yếu tố kia. Cũng không có nghĩa khi khẳng định trứng mang tính di truyền 80% hay 60% hay một tỉ lệ % bất kỳ khác: cả hai khía cạnh đều hoàn toàn cần thiết. Đây không phải là vấn đề một trong hai mà là **mối tương quan biện chứng.**

Vì thế nhiều nhà di truyền học xem tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng trong tâm lý học phát sinh từ sự hiểu lầm sinh học. Kiểu gien là tình trạng gien nhưng nó là kiểu hình nếu biểu hiện trong một cơ thể sống bất kỳ vì luôn có sự tương tác liên tục trong môi trường với kiểu gien trong nhận thức. Kiểu hình liên tục phát triển và tương tác với môi trường, vì thế ảnh hưởng di truyền không phải tĩnh tại hay cố định. Đặc điểm gien khác nhau đi đến các giai đoạn phát triển khác nhau, và kinh nghiệm khác nhau tạo ra khía cạnh khác nhau trong việc nhận biết tiềm năng gien của cá thể. Rose *và người khác* (1984) nêu rõ, toàn bộ quan niệm về một số thành phần bẩm sinh "cố định" hiển nhiên trong cơ thể sống đã phát triển là chuyện sinh học hoang đường. Vì thế cố cho rằng trí năng chủ yếu là kết quả di truyền – hay đối với vấn đề ấy hoàn toàn là vấn đề ảnh hưởng môi trường – là sự không hiểu biết gì về cách hoạt động thực sự của ngành sinh học đang phát triển.

Tính di truyền trí năng

Từ nghiên cứu song sinh của mình, Burt phát triển khái niệm **tính di truyền:** quan niệm cho rằng tỉ lệ thay đổi trong trí năng là do yếu tố di truyền cố định có thể được đánh giá bằng số. Theo Burt, tính di truyền trí năng là 80% - nói cách khác sự khác nhau mà con người thể hiện trong trí năng là 80% từ nguồn gốc gien, chỉ 20% do ảnh hưởng môi trường (Burt, 1955).

Năm 1974, Leon Kamin xuất bản một phân tích công trình của Burt, trong đó ông cho biết cơ sở khoa học và thống kê trong chứng cứ của Burt hoàn toàn đáng ngờ. Burt công bố nhiều luận văn từ năm 1909 đến 1972, nhưng khi họ xem lại tỉ mỉ những luận văn này thấy toàn là những phát biểu mâu thuẫn. Nói chung, tài liệu tham khảo cùng dữ liệu như nhau nhưng được mô tả hoàn toàn khác nhau trong các luận văn.

Những điều kỳ lạ khác cũng ngụ ý rằng ít nhất có một số dữ liệu được hư cấu. Chẳng hạn, một trong những vấn đề hiển nhiên nhất là cách mối tương quan đưa ra đúng đến tỷ lệ một phần ngàn, thậm chí hơn hai thập niên và sự kết hợp kết luận về các cặp song sinh bổ sung. Sự chính xác như thế thật vô lý – nghiên cứu con người thực tế không hề chính xác như thế! Ngoài ra, Burt không giải thích trắc nghiệm mà ông sử dụng, đôi lúc cho rằng biết được IQ của một người chỉ bằng cách phỏng vấn thông thường! Kamin buộc phải kết luận phần lớn dữ liệu của Burt đều là giả tạo.

Chứng cứ gian lận

Trên cơ sở này, và nhiều chứng cứ khác, người ta kết luận rằng ít nhất một số công trình của Burt là gian lận: ông đã hư cấu phần lớn dữ liệu. Trong một điều tra chuyên môn thận trọng những người giúp việc cho ông, hai sinh viên trước đây phụ ông nghiên cứu, sau này là các nhà tâm lý học đáng kính, cũng báo cáo rằng, vào thời điểm ấy, Burt sửa đổi luận văn của họ theo cách bóp méo chứng cứ, rồi công bố luận văn do họ viết nhưng không cho họ biết việc ông đã sửa (Clarke và Clarke, 1977).

Chứng cứ khác đối với thực tế đáng ngờ của ông, Hearnshaw (1980) mô tả một loạt các con số do Burt đưa ra năm 1969 mà ông khẳng định chứng minh sự sút giảm có hệ thống trong tiêu chuẩn giáo dục. Hearnshaw cho rằng chắc chắn những con số này ít ra cũng được hư cấu một phần. Ngoài ra, Burt khẳng định việc áp dụng phân tích yếu tố trong trí năng, quả quyết rằng chính ông đã phát hiện ra chứ không phải Spearman. Hearnshaw mô tả ông đưa ra lời khẳng định này lần đầu vào năm 1937, lúc đó Spearman còn sống. Spearman phản đối, Burt rút lại khẳng định. Nhưng sau khi Spearman mất, ông lại khẳng định lần nữa cứ nhất mực cho rằng chính ông là người nhận biết tiềm năng của phương pháp phân tích yếu tố trí năng.

Tranh luận gần đây

Trong thời gian gần đây hơn, Fletcher (1991) và Joynson (1989) cho rằng Burt đã trình bày sai và chứng cứ gian lận không thuyết phục bằng chứng cứ được trình bày. Họ cho rằng những gì Burt đã làm đều bóp méo có tính toán làm cho có vẻ tệ hơn thực tế trong khi thành tựu tích cực của ông bị xem nhẹ. Nhưng trong khi chắc chắn một số người chỉ trích Burt giảm bớt đóng góp tích cực của ông – như vấn đề thi tuyển 11+ mô tả phần trước. Nói chung, Hearnshaw là người thán phục Burt tìm cách gỡ tội cho ông. Nhưng khi xét đến kết luận thì ông phải nhìn nhận Burt gian lận khi đối mặt với chứng cứ.

Fletcher và Joynson quả quyết rằng, trong tiểu sử viết về Burt, Hearnshaw đã không tính đến quan điểm của những người ủng hộ ông, thay vào đó chỉ tập trung vào những người phỉ báng. Điều này có nghĩa bức tranh mà Hearnshaw trình bày mang thành kiến cực đoan.

Nhưng Hearnshaw (1992) phản bác ý kiến này, nhắc lại quan điểm rằng chính ông là người thán phục Burt và khi phát biểu ông rất thận trọng, chú ý nhiều đến nhiều người thán phục Burt cũng như những người hoài nghi công trình của Burt. Chắc chắn phần lớn những người này thể hiện thái độ chống lại Burt đều có suy nghĩ rằng Hearnshaw cố gắng quá mức đến nỗi không dành công trạng cho Burt nhất là đối với tác phẩm đầu tiên của ông (chẳng hạn Clarke và Clarke, 1980; Gillie, 1980).

Fletcher và Joynson cũng cho rằng có những lỗ trống đáng kể trong nhật ký của Burt và những lỗ trống này giải thích cho công việc của trợ lý nghiên cứu vắng mặt. Nhưng Hearnshaw (1992) nêu rõ những lỗ trống này trong những năm 1953 – 1955 chứ không xuất hiện trong những năm quyết định từ 1955 đến 1966 khi dữ liệu trẻ song sinh đột nhiên tăng đáng kể. Trong giai đoạn ấy, nhật ký hầu như đầy đủ ngoại trừ những lỗ trống đôi khi xuất hiện trong năm 1959. Ngoài ra, số lượng chi tiết chứa đựng trong nhật ký này, trong đó thậm chí ghi tên khách thường đến thăm nhà, thì chắc chắn ông phải ghi tên các phụ tá nghiên cứu của ông đến chơi trong thời gian ấy.

Mặc dù có vẻ chắc chắn rằng Burt là một tội phạm khoa học quan trọng so với nghiên cứu khoa học của ông nhưng thành tựu của ông trong tư cách một nhà tâm lý học giáo dục cũng đáng khen ngợi, và ông sử dụng nỗ lực chuyên môn của mình bất cứ khi nào có thể để giúp trẻ em. Nỗ lực vẽ ra cho ông trong tư cách tội phạm cự phách là thái độ khá bất công. Điều quan trọng phải công nhận là số liệu thống kê của Burt không phải là tầm thường, chúng cung cấp nền tảng cho hầu hết tất cả khẳng định di truyền có ảnh hưởng sâu rộng về trí năng – và tiếp tục giữ vai trò như thế.

Đơn cử một ví dụ, số liệu thống kê của Burt làm nền tảng cho khẳng định của Jensen (1969) rằng sự khác nhau chỉ số IQ ở các chủng tộc mang tính di truyền, vì thế cơ hội giáo dục mở rộng chỉ có giá trị hạn chế. Số liệu của ông được tài liệu Mặt trận dân tộc phân biệt chủng tộc dẫn chứng. Burt là một trong những nhà tâm lý học có nhiều ảnh hưởng nhất trong lịch sử tâm lý học, vì thế tính chất gian lận trong công trình của ông không phải xóa sạch mọi đóng góp của ông. Nỗ lực gần đây phục hồi uy tín của Burt đã thất bại, thậm chí không giải thích được mâu thuẫn bên trong các luận văn do ông công bố, theo nhận dạng của Kamin (1974) và Hearnshaw (1979).

Ngoài ra, có sự gian lận trong các nghiên cứu di truyền khác, như "chẩn đoán" ảnh chụp dòng họ Kallikak của Goddard mô tả phần trước, hay khiếm khuyết trong nghiên cứu bệnh tâm thần phân liệt của Kallman (xem Chương 8) cho thấy quan điểm thiên về thuyết ưu sinh của các nhà nghiên cứu về vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng hơn là tìm kiếm chân lý khoa học đang định hướng việc họ đang làm. Theo nghĩa này không phải chỉ có mình Burt. Nhưng nghiên cứu gian lận vẫn còn là một ngoại lệ, chúng ta khảo sát một số nghiên cứu đáng kính hơn được tiến hành trong lĩnh vực này.

NGHIÊN CỨU TRÍ NĂNG SONG SINH

Ý nghĩa quan trọng của **nghiên cứu song sinh** ở chỗ trong lý thuyết chúng có khả năng biểu thị di truyền là yếu tố quan trọng đối với sự phát triển IQ. Nếu hai người giống hệt nhau về gien như trường hợp của trẻ song sinh cùng trứng, sau đó lớn lên trong môi trường khác nhau thì hợp lý khi cho rằng sự khác nhau về trí năng của họ là do tác động của yếu tố môi trường. Tuy nhiên, giả định rằng sự tương tự bất kỳ là do tác động của yếu tố di truyền cũng không phải dễ trừ phi người ta hoàn toàn chắc chắn rằng môi trường trong đó trẻ song sinh lớn lên hoàn toàn khác nhau. Mặc dù nếu họ hoàn toàn khác nhau thì có thể lập luận rằng sự giống nhau chứng minh ảnh hưởng của tác động di truyền.

Burt cho rằng có sự tương quan cao ở trẻ song sinh cùng trứng được tách rời có thể dùng để tính toán tính di truyền trí năng – tỉ lệ trí năng được di truyền. Ông kết luận đánh giá từ chứng cứ thống kê, tính di truyền IQ là 80% - nói cách khác 80% sự khác biệt trí năng của cá thể bắt nguồn từ yếu tố gien, chỉ có 20% là môi trường. Như trong Khung 6.1, quan điểm này có nhiều sự hiểu lầm sinh học trong ảnh hưởng của gien, nhưng có những vấn đề khác trở thành hiển nhiên trong lập luận này.

Hầu hết chứng cứ về tính di truyền IQ xuất phát từ nghiên cứu của Burt, chúng ta đã biết những nghiên cứu này không thể xem là dữ liệu khoa học thuyết phục. Nhưng có ba nghiên cứu đáng kính hơn so sánh trí năng của trẻ song sinh cùng trứng được tách rời, và những cặp song sinh này được nuôi trong môi trường như nhau. Nghiên cứu thứ nhất do Newman, Freeman và Holzinger tiến hành trong năm 1937, nghiên cứu thứ hai của Shields, năm 1962 và nghiên cứu thứ ba của Juel-Nielsen, năm 1965. Trong mỗi nghiên cứu này, IQ của các cặp trẻ song sinh cùng trứng được tách rời tương quan. Bảng 6.1 nêu chi tiết tương quan.

Trong bảng, chúng ta nhận thấy sự tương quan thay đổi rất lớn, từ ,62 không thuyết phục mang tính di truyền cho đến ,77 với khả năng mong đợi cao hơn. **Hệ số tương quan** là con số giữa –1 và +1, biểu thị liệu hai cách đánh giá có cùng thay đổi hay không và khác biệt đến mức nào. Vì thế con số gần với 0 biểu thị không có mối quan hệ nào đáng được nghĩ đến trong khi mối tương quan ,9 hay -,9 rất rõ. Giải thích hệ số tương quan sẽ được đề cập trong cuối chương.

Đầu tiên trong những nghiên cứu song sinh này của Newman, Freeman và Holzinger, được Burt sử dụng trong lập luận của ông – nhưng không sử dụng tương quan cơ sở của họ. Thay vào đó, dữ liệu của họ được hai lần "chỉnh sửa" thống kê vào thời điểm khác nhau được cho là để bù trừ cho tạo tác trắc nghiệm. McNemar (1938) áp dụng chỉnh sửa thống kê hai lần đối với dữ liệu này, nâng hệ số tương quan lên ,77. Như Kamin (1974) đã nêu, điều này trên cơ sở giả định thống kê rất đáng ngờ. Sau đó, Jensen tiến hành "chỉnh sửa" bổ sung vào năm 1970, nâng kết quả lên ,81 – một con số phù hợp với ,86 do Burt đưa ra. Vì thế kết quả nghiên cứu rõ ràng cung cấp chứng cứ ảnh hưởng của môi trường đối với trí năng được người khác điều chỉnh cho đến khi có vẻ cung cấp chứng cứ theo hướng hoàn toàn trái ngược.

Lấy mẫu vấn đề trong nghiên cứu song sinh

Cũng có những lý do khác, tại sao lập luận di truyền từ nghiên cứu song sinh lại không thuyết phục nhiều hơn. Trong nghiên cứu của Newman *và người khác*, trẻ

Bảng 6.1 Sự tương quan từ nghiên cứu trẻ song sinh tách rời

Nghiên cứu	Sự tương quan	Số cặp	Trắc nghiệm sử dụng
Newman và người khác (1937)	,67	19	Stanford-Binet
Shields (1962)	,77	37	Mill Hill
Juel-Nielsen (1965)	,62	12	Wechsler

Nguồn: Kamin, 1974

song sinh cùng trứng có được qua thư trả lời yêu cầu qua đài phát thanh và báo chí, và từ khắp nơi trong nước đến. Vì lúc này là thời kỳ suy thoái kinh tế, nên mỗi cặp song sinh phải được đưa đến trung tâm nghiên cứu và trắc nghiệm Chicago, vốn rất tốn kém, các nhà nghiên cứu đều lo lắng khi đảm bảo rằng các cặp song sinh phải giống hệt nhau về gien. Vì thế một cặp song sinh bất kỳ đều không "giống nhau đáng ngạc nhiên đến mức bạn bè hay người thân phải nhầm lẫn" được loại khỏi nghiên cứu.

Vấn đề ở chỗ những tiêu chuẩn khắt khe này có thể tạo ra điều được gọi là **sai sót loại I** – một kết quả dương tính giả tạo. Có thể song sinh cùng trứng (MZ, monozygotic), khác nhau do yếu tố môi trường được loại trừ khỏi nghiên cứu. Chẳng hạn, một cặp được loại trừ cho dù họ giống nhau đến mức người khác thường nhầm lẫn, vì họ báo cáo rằng họ không giống "về sự sắp xếp" – sự khác biệt dễ phát sinh do sự tách biệt môi trường. Vì thế, điều quan trọng phải công nhận là việc lấy mẫu trong nghiên cứu làm cho các cặp song sinh giống nhau nhiều hơn là thực tế – tạo ra sự tương quan tương đối thấp khi các nhà nghiên cứu thu thập.

Nghiên cứu Shields cho thấy sự tương quan cao hơn nhiều giữa trẻ song sinh cùng trứng được tách rời, nhưng thêm lần nữa nghiên cứu này cho thấy trở ngại trong việc lấy mẫu riêng biệt. Nói chung, các cặp song sinh "tách rời" sử dụng trong nghiên cứu thường không tách rời quá mức. Họ luôn học cùng trường, sống chung với người thân: mỗi người trong từng cặp đều có người thân khác nhau. Họ thường gặp mặt nhau. Trong số 37 cặp song sinh trong nghiên cứu, chỉ có 10 cặp không hề học cùng trường, ít nhất trong một khoảng thời gian và không được người thân trợ cấp. Theo Kamin (1974), khi phân tích dữ liệu từ 10 cặp này, sự tương quan thu thập được ở họ rất thấp – chỉ ,47.

Trong nghiên cứu Shields cũng có những vấn đề khác. Một số cặp song sinh có điểm số thấp cũng được tính đến trong một số đánh giá trong khi số cặp khác thì không. Trong một trường hợp, một cặp song sinh bị loại khỏi phân tích một tập hợp điểm số cụ thể (trắc nghiệm Dominoes) vì một trẻ song sinh chỉ có điểm số 1 trong khi trẻ song sinh chị em có điểm số 27 – sự khác biệt của ba sai lệch tiêu chuẩn. Người ta kết luận rằng trẻ thứ nhất rõ ràng không hiểu hướng dẫn mặc dù không có biểu hiện kém thông minh. Tuy nhiên cặp song sinh khác cũng có điểm số rất thấp trong trắc nghiệm tương tự, điểm số có được 4 và 2 nhưng họ cũng được tính đến cho dù cả hai đều là người nói tiếng xứ Wales và cũng hợp lý khi cho rằng họ không hiểu hướng dẫn. Shields báo cáo rằng quyết định trên cơ sở liệu trẻ song sinh liên quan có "biểu hiện" kém thông minh hay không. Nhưng lại một lần nữa, việc loại bỏ trẻ song sinh có điểm số rất khác nhau sẽ làm cho kết quả tương quan cao hơn thực chất.

Vấn đề trong lấy mẫu tương tự với vấn đề trong nghiên cứu của Shields cũng thấy rõ trong nghiên cứu của Juel-Nielsen. Chẳng hạn, một cặp song sinh được người thân nuôi dưỡng cho đến khi 7 tuổi, nhưng sau đó sống chung với mẹ ruột cho đến khi 14 tuổi, vì thế cũng đáng ngờ họ có thực sự "cách biệt" hay không. Một cặp song sinh khác trong nghiên cứu do người dì nuôi dưỡng, mỗi người kết hôn với nông dân. Nói chung trong nghiên cứu, nhà ở của trẻ song sinh tách rời đều giống nhau về điều kiện phòng ốc, địa vị kinh tế xã hội, cũng như nghề nghiệp của bố mẹ, vì thế môi trường của họ thực ra không khác nhau.

Chúng ta có thể nhận thấy chứng cứ được cung cấp qua các công trình nghiên cứu về tính di truyền và IQ ở trẻ song sinh đều đáng ngờ. Mặc dù những nghiên cứu này hình thành cơ sở lập luận theo thuyết di truyền nhưng hiếm khi có sự nghiên cứu tỉ mỉ. Dùng để làm chứng cứ cho sự tồn tại của yếu tố g di truyền thì chúng phải được xem là có giá trị rất hạn chế.

NGHIÊN CỨU NHẬN CON NUÔI

Một nhóm nghiên cứu khác so sánh giữa trẻ được nhận làm con nuôi với bố mẹ tự nhiên và bố mẹ nhận con nuôi. Quan điểm phía sau **nghiên cứu nhận con nuôi** ở chỗ nếu IQ của trẻ tương quan mật thiết với IQ của bố mẹ nuôi nhiều hơn là IQ của bố mẹ sinh học thì biểu thị có sự ảnh hưởng của môi trường, nhưng nếu IQ của trẻ tương quan với IQ của bố mẹ sinh học nhiều hơn IQ của bố mẹ nuôi thì ngụ ý rằng yếu tố gien là tích cực nhất.

Cũng có một số vấn đề nghiêm trọng trong những lập luận này phần lớn tập trung vào quan niệm cho rằng sự tương quan thấp hay cao có thể biểu thị nguyên nhân trí năng. Chúng ta sẽ xét vấn đề này cùng với một số vấn đề thống kê khác phát sinh trong nghiên cứu trí năng di truyền ở cuối chương.

Năm 1938, Snygg báo cáo sự so sánh chỉ số IQ của 312 trẻ làm con nuôi với IQ của người mẹ sinh học. Sự tương quan thu thập được là con số cực thấp, 13 biểu thị yếu tố môi trường tác động mạnh. Snygg nêu rõ con số thấp này thậm chí đáng lưu ý hơn như được tìm thấy trong nghiên cứu trẻ song sinh được tách rời, các cơ sở nhận con nuôi thường bố trí trẻ vào các gia đình có điều kiện tương tự với gia đình ban đầu của trẻ vì thế môi trường thường không khác biệt. Nhưng bất chấp những chứng cứ ấy hay có thể vì những chứng cứ này, nghiên cứu này thường hoàn toàn bị phớt lờ để ủng hộ một nghiên cứu khác, có vẻ thể hiện kết quả trái ngược.

Nghiên cứu Skodak và Skeels

Năm 1949, Skodak và Skeels báo cáo nghiên cứu 100 trẻ nuôi, so sánh IQ của trẻ, trình độ văn hóa của người mẹ sinh học và trình độ văn hóa của người mẹ nhận con nuôi. Khi so sánh giữa những con số này, Skodak và Skeels phát hiện sự tương quan ,32 giữa IQ được đánh giá ở trẻ và trình độ văn hóa của người mẹ sinh học, nhưng sự tương quan chỉ ,02 giữa IQ của trẻ và trình độ văn hóa của người mẹ nuôi. Skodak và Skeels cũng có được chỉ số IQ ở 63 người mẹ sinh học và tìm thấy sự tương quan ,44 giữa những người mẹ này và IQ của trẻ, mặc dù thật kỳ lạ họ không có được chỉ số IQ của bố nuôi. Vì trẻ không sống chung với bố mẹ từ nhỏ, có vẻ đây là sự tương quan rất cao, nghiên cứu của Skodak và Skeels được dư luận chú ý, được xem là "bằng chứng" ủng hộ trí năng mang tính kế thừa.

Đây là một nghiên cứu theo chiều dọc, ban đầu thực hiện ở 180 trẻ tham gia trắc nghiệm trí năng Stanford-Binet trong bốn trường hợp. Độ tuổi trung bình của nhóm trong mỗi trường hợp là 2, 4, 7 và 13. Vì số gia đình loại bỏ trong thời gian nghiên cứu, nên qui mô lấy mẫu trong trường hợp thứ tư – trường hợp cung cấp số liệu thống kê thường được dẫn chứng – giảm còn 100. Nhưng ở những trường hợp ban đầu, khi mẫu lớn hơn thì dữ liệu cung cấp thông tin tương đối khác. Chẳng hạn: khi trẻ được trắc nghiệm ở độ tuổi trung bình là 7, có 139 trẻ trong mẫu. Vào thời điểm ấy, sự tương quan giữa trình độ văn hóa của người mẹ sinh học và IQ của trẻ là ,24, trong khi sự tương quan với trình độ văn hóa của mẹ nuôi là ,20. Những con số này khác biệt nhau không đáng kể mặc dù cả hai đều tương quan với nhau (Skodak và Skeels, 1945).

Trong khi có thể lập luận rằng sự thay đổi hiển nhiên trong mối tương quan là do sự trưởng thành, vì thế cũng có nguồn gốc gien, Kamin (1974) nêu rõ cũng có những thay đổi trong tính chất của mẫu ảnh hưởng đến kết quả sau cùng. Nói chung, điều dễ thấy là tỉ lệ loại bỏ bố mẹ nuôi bao gồm một tỉ lệ cao những người không có trình độ đại học. Điều này có nghĩa, qua nghiên cứu sau cùng, bố mẹ nuôi rất giống nhau theo nghĩa trình độ văn hóa hơn các nhóm khác. Vì lý do ấy, sự tương quan lẽ ra phải yếu hơn trong các mẫu khác nhau chẳng hạn như được phát hiện trong nhóm khác.

Vấn đề trong nghiên cứu con nuôi

Điều này mang đến sự yếu kém nghiêm trọng về phương pháp luận trong nghiên cứu nhận con nuôi, tập trung vào việc sử dụng hệ số tương quan. **Hệ số tương quan** biểu thị hai biến số cùng thay đổi nhiều ít: liệu biến số này có cao khi biến số kia cao hay không. Nhưng hệ số không cho chúng ta biết bất kỳ điều gì về giá trị thực của mỗi tập hợp con số. Thực ra, sử dụng hệ số tương quan thực sự không giúp chúng ta so sánh được hai nhóm vì không cho chúng ta biết điểm số trung bình của hai nhóm.

Thực ra, giá trị trung bình của hai nhóm trong nghiên cứu Skodak và Skeels đều rất khác nhau. IQ trung bình của trẻ nuôi trong nghiên cứu Skodak và Skeels là 117, trong khi IQ trung bình của 63 người mẹ sinh học là 86. Đây là sự chênh lệch khổng lồ, vốn hoàn toàn bị che giấu khi sử dụng sự tương quan. Tương tự, cũng có sự chênh lệch lớn khác trong trình độ văn hóa của người mẹ: hơn 50% mẹ nuôi học đại học trong khi tỉ lệ này ở người mẹ sinh học là 8%. Vì thế ngụ ý là theo nghĩa giá trị tuyệt đối, IQ của trẻ thực sự giống với người mẹ nuôi.

Vấn đề là sử dụng sự tương quan chỉ giúp chúng ta so sánh giá trị tương đối trong hai nhóm theo nghĩa ai cao hơn hay thấp hơn trong nhóm nói chung. Mặc dù sự tương quan cho chúng ta biết trẻ có IQ tương đối thấp có thể cũng có người mẹ sinh học tương đối thấp trong chỉ số IQ, "tương đối thấp" trong mỗi trường hợp chỉ liên quan đến nhóm trẻ khác hay với nhóm người mẹ sinh học. Chúng ta cần phải giải thích điểm số hai nhóm khác biệt với nhau ra sao.

So sánh IQ và mô tả gia đình

Những nghiên cứu nhận con nuôi khác chọn tiếp cận khác: nghiên cứu cách mà IQ của trẻ tương quan với loại môi trường do gia đình nhận con nuôi cung cấp. Trong khía cạnh này có ba nghiên cứu đặc biệt quan trọng. Một, giống như nghiên cứu của Snygg hiếm khi được đề cập đến trong tài liệu, do Freeman, Holzinge và Mitchell, tiến hành năm 1928 những nhà nghiên cứu này khảo sát IQ của 401 trẻ sống ở nhà bố mẹ nuôi. Họ so sánh những điểm số này với "mức độ quen thuộc", xét đến 6 yếu tố: (1) môi trường vật chất, (2) chứng cứ văn hóa, (3) nghề nghiệp của bố nuôi, (4) trình độ văn hóa của bố nuôi, (5) trình độ văn hóa của mẹ nuôi và (6) hoạt động xã hội của bố nuôi. Mỗi khía cạnh này được đánh giá theo thang điểm 1 – 5, tổng điểm số là 30 dành cho chất lượng môi trường gia đình. Freeman, Holzinger và Mitchell nhận thấy có sự tương quan đáng kể ,48 giữa IQ của trẻ và chất lượng của gia đình bố mẹ nuôi, cho thấy môi trường ảnh hưởng đáng kể.

Nghiên cứu thứ hai thuộc loại này được báo cáo trong cùng ấn phẩm của Burks năm 1928 nhưng nghiên cứu này được nhiều người biết đến hơn. Burks cho thấy sự tương quan chỉ số IQ của 206 trẻ nuôi với chất lượng gia đình của bố mẹ nuôi, sử dụng "đánh giá mức độ quen thuộc" tiêu chuẩn theo thang điểm Whittier, cho từng điểm 1-5 đánh giá chất lượng ngôi nhà, 1 cho những ngôi nhà rất tồi, sử dụng tiêu chuẩn chẳng hạn như "tầng hầm của một ngôi nhà chung cư rẻ tiền, quần áo rách rưới dơ bẩn, thức ăn thiếu thốn", và 5 cho những ngôi nhà chất lượng cao, sử dụng tiêu chuẩn chẳng hạn như "nhà hiện đại, thảm đẹp, tranh ảnh, thức ăn dồi dào, cuộc sống khá giả". Sử dụng thang điểm này, Burks nhận thấy có sự tương quan ,21 giữa IQ của trẻ nuôi và môi trường gia đình của bố mẹ nuôi

Khung 6.2 Tính đáng tin, tính giá trị và tiêu chuẩn hóa

Có nhiều loại đo nghiệm tâm lý. Phương tiện đo nghiệm tâm lý, theo nghĩa đen "đánh giá tâm thần" và một nỗ lực có hệ thống bất kỳ để đánh giá đặc điểm tâm thần cũng thuộc vào nhóm này. Trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần bao gồm trắc nghiệm nhân cách, khả năng thích ứng, tính sáng tạo, thái độ hay trí năng. Một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần cần tuân thủ ba tiêu chuẩn: tính đáng tin, tính giá trị và tiêu chuẩn hóa.

Tính đáng tin

Tính đáng tin ám chỉ sự nhất quán của một loại đánh giá cụ thể. Khi một người đánh giá tính đáng tin của các trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần truyền thống thì sử dụng ba kỹ thuật chính. Thứ nhất là **phương pháp kiểm tra lại trắc nghiệm:** cũng trắc nghiệm ấy áp dụng cho cùng một người sau một khoảng thời gian, và hai tập hợp dữ liệu tương quan nhau. Kết quả khả quan nếu trắc nghiệm không chịu ảnh hưởng bởi thực tế chẳng hạn nếu bạn nghiên cứu sự khác biệt ở cá nhân trong việc hình khối Necker có vẻ thường thay đổi định hướng của họ thường xuyên đến mức nào.

Nhưng người ta phải nhớ câu trả lời ở lần trước vì thế một cách thay thế là **phương pháp hình thức thay thế.** Trong phương pháp này, hai phiên bản giống hệt nhau trong cùng trắc nghiệm được đưa ra sao cho phiên bản trắc nghiệm có thể sử dụng trong một điều kiện và phiên bản khác sử dụng cho lần thứ hai. Hầu hết trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần khả dụng hiện có có ít nhất hai hình thức khác nhau vì lý do này.

Kỹ thuật thứ ba đánh giá tính đáng tin là **phương pháp tách một nửa** trong đó trắc nghiệm được cẩn thận chia ra bằng việc chọn những câu hỏi thay thế sao cho mỗi nửa đều bằng nhau, một nửa trắc nghiệm dành cho trường hợp này, nửa còn lại dành cho trường hợp sau, sau đó kết quả tương quan.

Tính giá trị

Tính giá trị ám chỉ biện pháp thực sự đánh giá những gì quả quyết phải làm nhiều đến mức nào. Có nhiều loại tính giá trị khác nhau, phân loại thành 4 nhóm: tính giá trị bề mặt, tính giá trị tiêu chuẩn, tính giá trị xây dựng và tính giá trị sinh thái. **Tính giá trị bề mặt** là đánh giá bề ngoài liệu cách đánh giá có vẻ như đang đánh giá theo dự định hay không.

Tính giá trị tiêu chuẩn là khi giá trị được đánh giá bằng cách đánh giá dựa trên một số loại tiêu chuẩn bên ngoài như so sánh điểm số IQ với kết quả tốt trong các kỳ thi. **Tính giá trị tiêu chuẩn** có thể gồm hai loại - **tính giá trị đồng quy,** trong đó cách đánh giá dựa trên một số tiêu chuẩn khác xảy ra trong thời điểm ấy, và **tính giá trị dự đoán** trong đó cách đánh giá được so sánh với vấn đề nào đó sau này.

Tính giá trị xây dựng ám chỉ liệu cách đánh giá có tạo ra sự đánh giá chính xác xây dựng lý thuyết để đánh giá theo dự định hay không – có phản ánh chính xác lý thuyết làm nền tảng cho quan điểm hay không? và **tính giá trị sinh thái** liên quan đến cách đánh giá được so sánh với giá trị tương đương trong thế giới thực – như liệu điểm số trắc nghiệm trí năng có tương quan với người hành động thông minh hay không.

Tiêu chuẩn hóa

Quan niệm **tiêu chuẩn hóa** dựa vào nguyên tắc cho rằng khả năng thể xác lẫn tinh thần được phân phối đều khắp dân cư theo phân phối Gaussian, hay đường cong phân phối bình thường. Tiêu chuẩn hóa một trắc nghiệm có nghĩa là xác lập điểm số trắc nghiệm này được phân phối ra sao trong dân cư và bảo đảm rằng trắc nghiệm nếu được phân phối cho mọi người thì sẽ tạo ra sự phân phối Gaussian. Điều này có thể nhận dạng chính xác hơn điểm số trung bình, trên trung bình và dưới trung bình là điểm số gì.

Vì đường cong phân phối Gaussian có những thuộc tính rất chính xác, một khi đã biết giá trị trung bình và sự lệch đường cong tiêu chuẩn, có thể sử dụng nó để dự đoán chính xác tỉ lệ % dân số được nghĩ có được điểm số cụ thể bất kỳ, và tiêu chuẩn hóa như thế giúp chúng ta đánh giá kết quả ở một người có thể mang tính điển hình hay bất thường ra sao.

Quá trình tiêu chuẩn hóa một trắc nghiệm hay đánh giá thái độ bao gồm nhiều tập hợp phát triển **tiêu chuẩn dân số** bằng cách áp dụng trắc nghiệm cho số đông người, vì thế có được quan điểm điểm số thông thường đối với những loại người ấy có thể là điểm số nào. Tiêu chuẩn dân số đối với trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần hay đánh giá thái độ có thể thay đổi, tùy vào nhóm người được chọn làm dân số. Chẳng hạn trắc nghiệm trí năng có những tập hợp tiêu chuẩn khác nhau dành cho người ở độ tuổi khác nhau vì người được xem là hoạt động thành công đều khác nhau trong những độ tuổi khác nhau.

Đối với tiêu chuẩn dân số có thể phản ánh thành kiến xã hội cũng như chính các khoản mục trong trắc nghiệm. Chẳng hạn, trắc nghiệm IQ có những tiêu chuẩn dân số khác nhau dành cho nam và nữ vì từ khi nghĩ ra trắc nghiệm IQ lần đầu tiên, nữ ghi điểm cao hơn nam. Vì thế tiêu chuẩn dân số được điều chỉnh để bảo đảm rằng IQ của nam và nữ có thể phù hợp với phân phối mong đợi: nữ phải trả lời nhiều câu hỏi chính xác để có được IQ được đánh giá là bằng với nam (Preston Brooks, 1984).

nhưng giữa IQ của trẻ và môi trường quen thuộc trong gia đình tự nhiên có sự tương quan ,42. Burks cho rằng đây là chứng cứ vững chắc ủng hộ quan điểm trí năng mang tính di truyền.

Tuy nhiên, vấn đề trong nghiên cứu này là sự khác biệt giữa các gia đình nhận con nuôi kém xa hơn sự khác biệt giữa các gia đình tự nhiên. Mặc dù giá trị trung bình đối với hai nhóm rất giống nhau (4,7 đối với gia đình nhận con nuôi và 4,6 đối với gia đình tự nhiên), sự sai lệch tiêu chuẩn khác nhau đáng kể: ,4 đối với gia đình nhận con nuôi và ,6 đối với gia đình kiểm soát. Kamin (1974) cho rằng sự khác biệt trong hai mẫu giải thích sự tương quan giữa IQ của trẻ và môi trường nhận con nuôi yếu hơn. Vì gia đình nhận con nuôi rất giống nhau nên sự tương quan với IQ của trẻ kém tác động hơn. Vấn đề này cũng được thảo luận trong Khung 6.2.

Mặc dù Burks quả quyết rằng gia đình đều thích hợp và các tác giả sau này quả quyết rằng chúng "hoàn toàn" phù hợp, thực ra chúng chỉ thích hợp ở độ tuổi và giới tính của trẻ, nhóm nghề nghiệp của bố và người láng giềng. Kamin lập luận lĩnh vực này vẫn còn nhiều biến dạng đáng kể ở nhiều khía cạnh khác và biến dạng bổ sung này thể hiện rõ sự khác biệt giữa hai nhóm.

Nghiên cứu thứ ba thuộc loại này do Leahy tiến hành năm 1935. Leahy so sánh IQ của trẻ với "điểm số tình trạng môi trường" bao gồm sự phối hợp các đánh giá khác nhau kể cả địa vị nghề nghiệp và trình độ văn hóa của bố, tình trạng kinh tế của gia đình và mức độ tham gia xã hội, khía cạnh văn hóa và điều kiện thuận lợi giáo dục trẻ trong gia đình. Sự tương quan giữa hai nhóm mà Leahy thu thập được là ,19 giữa trẻ nuôi và môi trường nuôi chúng, nhưng là ,53 đối với gia đình tự nhiên trong nghiên cứu. Leahy kết luận rằng điều này cho thấy môi trường ít ảnh hưởng đến trí năng.

Kamin (1974) nêu rõ, cũng như nghiên cứu của Burks, nghiên cứu này cho thấy sự thay đổi giữa gia đình nhận con nuôi không thể hiện rõ như gia đình tự nhiên. Nhưng trong nghiên cứu này, gia đình nhận con nuôi cho thấy sự biến đổi trong chỉ số IQ ở trẻ ít hơn trẻ kiểm soát, cho thấy bất kể sự tương quan thấp, ảnh hưởng môi trường đang diễn ra. Kamin cũng cho rằng lý do giải thích tại sao sự khác biệt tương tự trong biến đổi không xảy ra trong nghiên cứu của Burks là vì nhóm nhận con nuôi bao gồm nhiều trẻ thực ra có IQ rất thấp – khoảng 50 – và bị nghi ngờ có sự tổn thương não hữu cơ. Sự có mặt của chúng trong mẫu có nghĩa là thay đổi IQ trong nhóm con nuôi được phóng đại giả tạo.

Chúng ta nhận thấy những dữ liệu này nên chọn theo hai cách. Mặc dù nghiên cứu của Freeman *và người khác* cho thấy ảnh hưởng môi trường trong mối quan hệ giữa IQ của trẻ và môi trường gia đình, thì cả hai nghiên cứu của Burks lẫn Leahy đều ám chỉ ảnh hưởng di truyền. Nhưng Kamin cho rằng ảnh hưởng dễ thấy này phần lớn là tạo tác thống kê hơn là kết quả thực tế, do nhân viên công tác xã hội thường chọn lọc rất cẩn thận các gia đình nhận con nuôi, vì thế gia đình nhận con nuôi thường có những điểm giống nhau nhiều hơn gia đình bình thường.

So sánh IQ của trẻ với bố nuôi

Có những kết quả khác của ba nghiên cứu này. Freeman, Holzinger và Mitchell (1928) thu thập điểm số IQ đối với nhiều bố nuôi trong nghiên cứu sao cho có thể so sánh IQ của trẻ trực tiếp với IQ của bố nuôi. Một số bố nuôi này cũng có con riêng, vì thế các nhà nghiên cứu có thể khảo sát IQ của bố nuôi tương quan với IQ của con riêng của họ. Những kết quả này được cung cấp trong Bảng 6.2, cho thấy không có sự khác biệt nào đáng kể giữa sự tương quan đối với trẻ nuôi và sự tương quan đối với trẻ tự nhiên, thêm lần nữa khẳng định yếu tố ảnh hưởng môi trường.

Burks (1928) so sánh IQ của 174 trẻ nuôi với "độ tuổi suy nghĩ" của bố nuôi và cũng so sánh IQ của một tập hợp 100 trẻ bình thường tách rời sống với bố mẹ sinh học có "độ tuổi suy nghĩ" giống số bố nuôi ấy. Sự tương quan thu thập được từ hai nhóm khác biệt đáng kể (xem Bảng 6.2). Burks cho rằng từ những chứng cứ này IQ rõ ràng mang tính di truyền, chỉ có khoảng 17% sự thay đổi do môi trường là do sự khác biệt trong môi trường gia đình.

Bảng 6.2 Sự tương quan từ ba nghiên cứu nhận con nuôi

	Con riêng của bố mẹ nuôi	Con nuôi của bố mẹ nuôi	Con của bố mẹ ruột
Freeman và người khác (1928)	,35 (N=28)	,39 (N=169)	không có số liệu
Burks (1928)	không có số liệu	,20 (N=174)	,52 (N=100)
Leahy (1935)	,36 (N=20)	,18 (N=177)	,60 (N=173)
Tất cả nghiên cứu	,35 (N=48)	,26 (N=520)	,57 (N=273)

Nguồn: Kamin, 1974

Leahy (1935) so sánh IQ của 177 trẻ nuôi với IQ của bố mẹ nuôi, nhưng so sánh với hai nhóm khác: một nhóm gồm 20 trẻ sống với bố mẹ ruột, cũng nhận con nuôi khác (giống với nhóm trong nghiên cứu Freeman *và người khác)*, và nhóm gồm 173 trẻ thông thường sống với bố mẹ tự nhiên. Những chứng cứ này cũng được cung cấp trong Bảng 6.2.

Mỗi nghiên cứu này đều sử dụng **điểm số bố mẹ nuôi** – nói cách khác, điểm số IQ trung bình của bố và mẹ vì mục đích so sánh. Cũng như với sự so sánh môi trường gia đình, hình ảnh từ ba nghiên cứu có vẻ mâu thuẫn. Nghiên cứu của Freeman *và người khác* cho thấy ít có sự khác biệt giữa trẻ được nhận làm con nuôi và con riêng của bố mẹ nuôi, ngụ ý ảnh hưởng môi trường. Hai nghiên cứu khác trái lại chứng tỏ sự khác biệt đáng kể giữa cả hai, ngụ ý ảnh hưởng di truyền.

Có một số chứng cứ khác nổi bật trong Bảng 6.2. hàng cuối của Bảng cung cấp điểm số thu thập từ tất cả các nghiên cứu, do Kamin (1974) cung cấp. Một vấn đề nổi bật trong nghiên cứu này cũng như dữ liệu ở các nghiên cứu cụ thể khác là sự chênh lệch giữa IQ của con "riêng" trong gia đình nhận con nuôi và trong gia đình kiểm soát là gia đình không nhận con nuôi. Bất chấp thực tế trong mỗi trường hợp trẻ là con cháu di truyền của bố mẹ trong gia đình, có sự khác biệt đáng kể giữa hai mối tương quan. Trong gia đình nhận con nuôi, sự tương quan giữa bố mẹ và con thấp hơn trường hợp gia đình thông thường, cho dù đứa con ấy có liên quan với bố mẹ về mặt sinh học hay không.

Vấn đề thứ hai trở thành hiển nhiên khi dữ liệu thu thập là mối tương quan giữa con "riêng" và con nuôi không khác biệt đáng kể. Mặc dù rất khác nhau trong gia đình kiểm soát, nhưng chỉ trong gia đình nhận con nuôi có thể nói rằng sự kiểm soát thích hợp đã được hình thành, và trong những trường hợp này một nghiên cứu cho thấy có sự tương quan cao trong khi nghiên cứu khác thể hiện sự tương quan thấp. Cả hai loại trừ lẫn nhau. Trong trường hợp này sự khác biệt không đáng kể được ngụ ý, nếu có, ảnh hưởng môi trường hơn là di truyền, trong những nghiên cứu này.

Chúng ta nhận thấy chứng cứ di truyền hay nếu không thì chứng cứ trí năng có thể thu thập từ nghiên cứu nhận con nuôi thật đáng ngờ. Một vấn đề nổi cộm là nghiên cứu hiếm khi nào khảo sát chính xác sự việc như nhau, và nếu có, hiếm khi nào sử dụng cùng trắc nghiệm để khảo sát. Vì thế thật khó có được so sánh dứt khoát. Nhưng vấn đề khác là cách mà các nhà nghiên cứu trong lĩnh vực này – và quan trọng hơn, những người dẫn chứng chứng cứ ấy – thường có quan điểm nhận thức trước rõ ràng về tính chất trí năng, có nghĩa là ngụ ý trong nghiên cứu, thậm chí đôi lúc trong chính các nghiên cứu, thường được bỏ qua nếu họ nhắm đến chiều hướng khác.

VẤN ĐỀ TRẮC NGHIỆM IQ

Dĩ nhiên tất cả những nghiên cứu này dựa vào giả định rằng trắc nghiệm IQ là một công cụ chính xác phản ánh chính xác trí năng cá thể. Sự khác biệt chỉ ở một vài điểm trong IQ được xử lý như thể chúng là dữ liệu chính xác mặc dù hệ số đáng tin của trắc nghiệm cho thấy sự khác biệt lớn hơn nhiều chỉ thỉnh thoảng mới xảy ra. Trắc nghiệm IQ không phải là công cụ chính xác, và cũng đáng ngờ liệu chúng có phải là dấu chỉ báo trí năng chính xác hay không.

Tính giá trị và tiêu chuẩn hóa

Có ba yêu cầu cơ bản đối với tất cả trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần: tính giá trị, tính đáng tin và tiêu chuẩn hóa. Một số khía cạnh chi tiết của những tiêu chuẩn này được đề cập trong Khung 6.2. Tuy nhiên, tóm lại **tính giá trị** ám chỉ liệu một trắc nghiệm thực sự có đánh giá những gì dự định đánh giá hay không – trong trường hợp này, liệu IQ có thực sự đánh giá được trí năng hay không, **tính đáng tin** ám chỉ liệu một trắc nghiệm có cho kết quả nhất quán nếu trắc nghiệm cũng một con người nhưng vào hai trường hợp khác nhau hay không, và **tiêu chuẩn hóa** quan tâm đến việc so sánh kết quả trắc nghiệm với kết quả trắc nghiệm khác và kết quả thông thường thu thập được ở các nhóm khác nhau trong dân số.

Trắc nghiệm trí năng cũng được xem là đáng tin, giá trị và chuẩn hóa. Nhưng có nhiều vấn đề phát sinh khi chúng ta bắt đầu áp dụng những khái niệm này vào trắc nghiệm IQ. Chẳng hạn: như chúng ta đã biết ở đầu chương, Galton (1869) chứng minh đặc điểm thể xác của con người trong dân số có thể được phác họa bằng đường cong phân phối bình thường (xem Hình 6.1) ra sao, sau đó áp dụng phân phối này vào "trí năng" trên cơ sở trí năng được cho là lệ thuộc vào một số đặc điểm cụ thể của bộ não. Giả định rằng trí năng được phân phối thông thường là giả định làm nền tảng cho mọi trắc nghiệm trí năng và có **tính giá trị bề mặt** trong đó có vẻ hợp lý.

Quan niệm cũng có **tính giá trị xây dựng** vì hầu hết lý thuyết trí năng cũng dựa trên quan điểm cho rằng trí năng được phân phối bình thường. Nhưng đây là khái niệm được sử dụng như một giả định cơ bản hơn là một khái niệm được nghiên cứu trực tiếp, có nghĩa là một trắc nghiệm trí năng mới bất kỳ không thể hiện sự phân phối bình thường tự động được cho là không giá trị. Vì thế không có cách phát hiện liệu trí năng có được phân phối bình thường trong đời thực hay không vì tất cả cách đánh giá trí năng được phát triển và điều chỉnh cho đến khi chúng tạo ra sự phân phối bình thường. Đây là một quá trình hoàn toàn khép kín, hoàn toàn trên cơ sở giả định của Galton cho rằng trí năng lệ thuộc vào đặc điểm thể xác.

Theo nghĩa **tính giá trị tiêu chuẩn,** những người ủng hộ trắc nghiệm trí năng cho rằng trắc nghiệm IQ có tính giá trị dự đoán: chúng thành công hợp lý trong việc dự đoán thành công tiếp theo sau ở trường học. Nhưng có nhiều cách hiểu dữ liệu về vấn đề này. Sự tương quan giữa trắc nghiệm trí năng và thành công thi cử ở trường học thường là ,6 ngụ ý khoảng 36% sự khác biệt giữa điểm số IQ và kết quả học tập có thể giải thích bằng một số mối quan hệ giữa hai cách đánh giá. Nhưng phải giải thích 64% sự khác biệt còn lại. Vì những dữ liệu này được thu thập từ học sinh làm trắc nghiệm IQ bằng giấy viết, chịu áp lực về thời gian, tiến hành giống như thi cử, hầu như không phải ngạc nhiên khi có một số sự tương đồng giữa hai điểm số. Vì thế số liệu thống kê này mặc dù được trường phái tư tưởng ủng hộ trắc nghiệm tán thành, nhưng lại tỏ ra đáng ngờ đối với những người không tin vào giá trị trắc nghiệm IQ.

Cũng có sự hoài nghi về chuẩn hóa của trắc nghiệm trí năng. Trắc nghiệm mới phải bảo đảm rằng cung cấp điểm số tương quan với trắc nghiệm hiện có, nhất là trắc nghiệm Stanford-Binet. Nếu không, tự động chúng được xem là cách đánh giá IQ không giá trị. Nếu trắc nghiệm Stanford-Binet chắc chắn là một cách đánh giá trí năng giá trị thì có thể chấp nhận. Nhưng chúng ta đã biết, thực tế trắc nghiệm trí năng mang lại nhiều tranh cãi hơn. Vì thế để nhất quyết rằng một trắc nghiệm trí năng bất kỳ phải hơn hẳn trắc nghiệm trước đây cũng đáng nghi vấn. Cũng có một số tranh luận về cách hình thành tiêu chuẩn dân số đối với trắc nghiệm IQ, nhưng vì chúng trực tiếp liên quan đến vấn đề chủng tộc và giới tính nên chúng ta sẽ khảo sát vào cuối chương này.

VẤN ĐỀ THỐNG KÊ TRONG TRẮC NGHIỆM TRÍ NĂNG

Như chúng ta đã biết, trắc nghiệm trí năng và những thảo luận cụ thể về tính di truyền của trí năng luôn lệ thuộc vào số liệu thống kê. Nhưng các nhà nghiên cứu thường sử dụng trắc nghiệm thống kê để rút ra kết luận về tính chất trí năng không hẳn có giá trị. Và kết luận con người rút ra về tính chất trí năng đôi khi phổ biến và có kết quả cực kỳ khó chịu.

Phân phối bình thường và trắc nghiệm tham số

Chúng ta nhận dạng nhiều vấn đề thống kê khi nghiên cứu chứng cứ tính di truyền của IQ. Nhưng vẫn còn nhiều vấn đề khác. Một vấn đề trong số này như chúng ta đã biết là giả định cho rằng trí năng được phân phối bình thường – một khái niệm không được thừa nhận nhưng không được kiểm tra thực tế, ngoại trừ bằng việc sử dụng trắc nghiệm nhằm mục dích tạo ra một phần kết quả mang tính phân phối bình thường. Giả dịnh này dẫn đến việc sử dụng **trắc nghiệm tham số** để phân tích điểm số IQ. Nhưng cũng đáng hoài nghi về mặt thống kê.

Trắc nghiệm thống kê tham số giả dịnh (1) dân số có điểm số được trắc nghiệm được phân phối bình thường, (2) họ có những thay đổi như nhau – nói cách khác họ được đánh giá theo thang điểm đánh giá tỉ lệ hay cách khoản như nhau. Điểm số IQ thể hiện sự phân phối bình thường và thay đổi như nhau vì trắc nghiệm trí năng được phát triển để bảo đảm rằng chúng tạo ra những kết quả ấy. Nhưng điểm số IQ không phải là dữ liệu tỉ lệ hay cách khoản như nhau. Trong thang điểm tỉ lệ và cách khoảng như nhau, sự chênh lệch giữa các điểm trong thang điểm là như nhau cho dù nằm ở vị trí nào trên thang điểm. Một cm là độ dài như nhau cho dù bạn có đo khoảng cách 1, 2 cm hay 2012 và 2013 cm di nữa. Thang điểm tỉ lệ khác với thang điểm cách khoảng như nhau ở chỗ nó có số 0 tuyệt đối: bạn không thể có khoảng cách nào ngắn hơn 0 cm, vì thế chiều dài là một thước đo tỉ lệ, trong khi bạn có chưa đến £0 (ở bảng Anh) vì khi bạn mắc nợ, số tiền như thế là thang điểm cách khoản như nhau.

Nhưng nói chung không có cơ sở nào để khẳng định rằng sự khác nhau giữa IQ 105 và 115 là cùng giá trị như sự chênh lệch giữa IQ 60 và IQ 70. Thực ra, chúng rất khác nhau, vì ở một mức độ chúng ta đang đề cập liệu con người có đủ trí năng để thích ứng với nhu cầu sinh hoạt hàng ngày hay không, và ở mức độ khác chúng ta bàn đến sự khác nhau tương đối không quan trọng theo nghĩa một người nào đó sống ra sao hay theo nghĩa chắc chắn họ đạt được điều gì. Cũng không thực tế khi có được IQ đánh giá bằng 0. Vì thế sử dụng số liệu thống kê tham số để so sánh điểm số IQ là một thực hành lẩn tránh.

Vấn đề trong sự tương quan

Sự tương quan là một vấn đề khác. Một trong những vấn đề đầu tiên mà sinh viên ngành tâm lý học tìm hiểu về sự tương quan là sự tương quan không giống như **quan hệ nhân quả** – chỉ vì hai sự việc cùng thay đổi không có nghĩa là chúng ta cho rằng sự việc này là nguyên nhân dẫn đến sự việc kia. Tất cả những gì chúng ta phát biểu là khi sự việc này thay đổi thì sự việc kia cũng thay đổi theo. Kamin (1974) chứng minh đối với sự tương quan có nhiều lý do. Thế nhưng, trong suốt lịch sử nghiên cứu IQ, sự tương quan được xem là bằng chứng quan hệ nhân quả.

Sai lầm khác là cách mà sự tương đồng của các hệ số tương quan được dùng để ngụ ý rằng điểm số cũng tương tự – nhưng tất cả cho chúng ta biết điểm số cũng thay đổi. Hệ số tương quan tương tự thường che giấu sự khác biệt rất lớn giữa chính bản thân điểm số, làm cho chúng có vẻ giống nhau nhiều hơn giữa các nhóm hơn là thực chất. Lập luận về sự thay đổi trong nhóm và giữa nhóm (trang 148) trở nên quan trọng trong tranh luận chủng tộc và IQ thường dựa vào sai lầm này.

Cũng có những sự quan tâm hệ số tương quan thực ra có nghĩa gì. Khi giải thích hệ số tương quan, chúng ta có sự phỏng đoán chúng giải thích sự khác biệt đến mức nào bằng cách bình phương chữ số tương quan và xem nó như tỉ lệ %. Vì thế sự tương quan là ,8 chẳng hạn giải thích cho khoảng 64% sự khác biệt giữa hai tập hợp điểm số, và điều này cũng được sử dụng đến mức sai lầm. Chẳng hạn những người ủng hộ trắc nghiệm IQ quả quyết rằng chúng tương quan với hoạt động trường học – và họ áp dụng như thế. Nhưng sự tương quan này thực tế khoảng ,6. Mặc dù có ý nghĩa về thống kê nhưng vẫn có nghĩa khoảng 64% sự thay đổi vẫn chưa được giải thích. Sự tương quan có vẻ cao nhưng thực tế cho chúng ta biết hầu hết yếu tố ảnh hưởng đến thành công trong trường học đều không liên quan với IQ có chừng mực.

Kết quả của những vấn đề này có thể rất quan trọng. Hiểu lầm về tính chất tương quan tạo ra một bức tranh vô cùng lệch lạc về sự gắn bó trong mối quan hệ nếu chúng ta chỉ dựa vào mức độ tương quan. Giả định về phân phối tham số cũng bóp méo bức tranh tính chất trí năng. Và chúng ta sẽ chứng kiến một số nhà nghiên cứu sử dụng chứng cứ thống kê thuộc loại này để đưa ra khẳng định giáo điều thường không căn cứ về tính chất trí năng ở các nhóm xã hội khác nhau.

CHỦNG TỘC VÀ TRÍ NĂNG

Sternberg (1985) lập luận rằng một định nghĩa trí năng bất kỳ phải nhận biết bối cảnh văn hóa trong đó áp dụng định nghĩa vì một hành động là một việc thông minh phải làm trong một bối cảnh văn hóa có thể hoàn toàn không thích hợp trong bối cảnh văn hóa khác. Nhưng ở đầu chương chúng ta đã biết, từ lúc phát triển trắc nghiệm IQ theo nhóm đầu tiên, đã có thành kiến văn hóa đảm bảo rằng cá nhân thuộc giai cấp trung lưu da trắng thường có điểm số cao hơn cá nhân các nhóm xã hội khác. Phiên bản trắc nghiệm Stanford-Binet khác do các cơ quan di trú Mỹ áp dụng để khống chế số người nhập cư vào Mỹ đầu thế kỷ 20 không những mang thành kiến văn hóa khẳng định kiến thức về văn hóa Mỹ phải ưu tiên, mà còn mang tính phân biệt chủng tộc vô liêm sĩ khi hỏi những câu: "số chân của người Bantu ở Nam Phi là 2, 4, 6, 8 ...?".

Thành kiến cố hữu trong những trắc nghiệm này rất cực đoan, phiên bản trắc nghiệm cải cách loại trừ các khoản như thế. Ít ra, xét bề ngoài, các khoản trắc nghiệm IQ có vẻ công bằng. Nhưng vẫn còn chứa đựng giá trị và giả định văn hóa. Chẳng hạn, khoản Đánh giá trí năng ở trẻ của Wechsler, một trong những trắc nghiệm IQ cá nhân được sử dụng phổ biến nhất ở Mỹ, hỏi: "nếu bạn tìm thấy một lá thư có dán tem, đã ghi địa chỉ rơi ngoài phố thì hành động đúng mà bạn nên làm là gì?" Nếu trẻ trả lời "bỏ vào thùng thư" sẽ được hai điểm. Nếu trả lời "nộp cho cảnh sát" hay một người có chức vụ, sẽ được một điểm nhưng sẽ không được điểm nào nếu trả lời "mở ra đọc" hay "bỏ mặc nó".

Hệ thống đánh giá được sử dụng ở đây là cách đánh giá tính tuân thủ xã hội, nói cho đúng ra không phải là đánh giá trí năng. Đây không chỉ là loại vấn đề duy nhất trong trắc nghiệm. Trong khi không ai tranh luận về đạo đức của câu trả lời theo yêu cầu thì điểm tranh luận là liệu cách đánh giá tuân thủ xã hội có giống như cách đánh giá trí năng hay không. dĩ nhiên, đây không phải là minh họa thành kiến chủng tộc: trẻ da đen cũng như trẻ da trắng trưởng thành với ý thức thành thật nghiêm túc. Nhưng đây là minh họa về cách quy ước xã hội và giả định văn hóa ảnh hưởng đến các khoảng trắc nghiệm IQ.

Có lẽ không phải ngạc nhiên, dựa vào thành kiến văn hóa trong các trắc nghiệm IQ, nhiều nhà nghiên cứu cho rằng trắc nghiệm IQ tiêu chuẩn rõ ràng phân biệt đối xử đối với một số dân số chẳng hạn như người Mỹ da đen hay những người xuất thân từ giai cấp lao động. Ở Mỹ họ thành công trong việc kháng án: thẩm phán Peckham năm 1979, qui định rằng những người có thẩm quyền trong ngành giáo dục áp dụng trắc nghiệm IQ để đưa trẻ da đen vào học trong các trường đặc biệt dành cho người giảm thiểu trí năng là đối xử phân biệt chống lại học sinh dân tộc thiểu số vì trắc nghiệm trí năng chuẩn hóa mang thành kiến văn hóa và phân biệt chủng tộc, và vì trắc nghiệm này bị lạm dụng trong vai trò chẩn đoán này.

Lập luận của Jensen

Nhưng những yếu tố này hoàn toàn bị những người đề xuất thuyết IQ di truyền phớt lờ. Khi Arthur Jensen làm sống lại tranh luận chủng tộc và IQ năm 1969, ông cho rằng vì người Mỹ da đen có điểm số IQ trung bình thấp hơn người Mỹ da trắng 15 điểm, vì thế họ kém thông minh hơn. Ngoài ra, Jensen cho rằng từ khi Burt chứng minh rằng trí năng 80% là di truyền, nên khác biệt này giữa người da trắng và da đen kéo dài mãi và cố định. Jensen lập luận vì thế người da đen phải được giáo dục khác với người da trắng. Trên cơ sở những gì chúng tôi đề cập trong chương này, phần lớn sai lầm trong lập luận này là rất hiển nhiên. Nhưng cũng có một số sai lầm khác cũng đáng nêu ra.

Một sai lầm nghiêm trọng trong lập luận của Jensen liên quan đến sự nhầm lẫn giữa thay đổi trong nhóm và thay đổi giữa nhóm. Tính di truyền của Burt là một cố gắng giải thích trí năng khác nhau ra sao trong một dân số riêng lẻ, là khảo sát **sự thay đổi trong nhóm** và tìm cách giải thích sự thay đổi ấy diễn ra ra sao. Nhưng Jensen khảo sát sự khác biệt giữa hai nhóm dân số hoàn toàn khác nhau: **sự thay đổi giữa nhóm.** Hai loại này hoàn toàn khác nhau và áp dụng loại này để giải thích loại kia là điều không thích hợp.

Gould (1997) đưa ra ví dụ về chiều cao để chứng minh vấn đề này. Trong bất kỳ một dân số nào, tính di truyền chiều cao chiếm khoảng 95% - bố mẹ cao sẽ sinh con cao, bố mẹ thấp sẽ sinh con thấp, nhưng sự khác biệt trong dinh dưỡng cũng tạo nhiều khác biệt trong chiều cao con người, vì thế nếu chúng ta so sánh chẳng hạn những người sống trong ngôi làng nghèo khổ ở Nam Mỹ với người Mỹ thuộc giai cấp trung lưu thì sẽ nhận thấy sự khác biệt lớn giữa hai dân số này. Mặc dù chúng ta không kết luận những khác biệt này là do di truyền. Tuy nhiên Jensen kết luận như thế. Ông đưa ra một con số thu thập được (dù sao cũng đáng nghi ngờ) để mô tả sự khác biệt ở cá nhân trong một nhóm riêng lẻ và dùng nó để giải thích sự khác biệt giữa các nhóm.

Cũng có chứng cứ đáng kể cho thấy sự khác biệt giữa nhóm về điểm số IQ phát xuất từ yếu tố môi trường chứ không phải di truyền. Labov (1972) chứng minh có sự khác biệt theo hệ thống giữa dân số da trắng và da đen ở Mỹ: gia đình người da đen gặp khó khăn kinh tế và bị tước đoạt môi trường nhiều hơn gia đình da trắng, điều này cũng dễ giải thích cho sự khác biệt như thế. Tyler (1965) cũng cho thấy có sự khác biệt đáng kể giữa dân số người Mỹ da đen: người da đen sống ở miền Bắc nước Mỹ, nơi có truyền thống phân biệt đối xử trong xã hội ít hơn, điểm số trong trắc nghiệm IQ cao hơn người da đen ở phía Nam – thậm chí còn cao hơn một số nhóm da trắng ở miền Nam.

Có một vấn đề khác phát sinh trong lập luận của Jensen, liên quan đến tiêu chuẩn dân số. Như chúng ta đã thấy trong Khung 6.2, từ lúc phát triển trắc nghiệm IQ đầu tiên đến nay, nữ đạt điểm cao hơn nam, nam sinh điểm thấp hơn nữ sinh. Sự khác biệt này được giải quyết bằng cách điều chỉnh tiêu chuẩn dân số của trắc nghiệm: nữ phải trả lời nhiều câu hỏi cho đúng để cho bằng số điểm IQ của nam. Vì thế nếu sự khác nhau IQ giữa người da trắng và da đen quan trọng như thế thì tại sao người ta không điều chỉnh tiêu chuẩn dân số đối với các nhóm ấy? Chính trong câu trả lời cho câu hỏi này lập luận phân biệt chủng tộc trở thành hiển nhiên. Người ta hoàn toàn chấp nhận điều chỉnh tiêu chuẩn dân số để bù cho hoạt động thấp hơn của nam giới vì đó là sự thay đổi nhằm duy trì quyền thống trị của nam giới da trắng trung lưu. Nhưng để điều chỉnh những tiêu chuẩn tương tự ấy để bù cho hoạt động thấp hơn ở người da đen sẽ là việc không thừa nhận quan điểm cho rằng nam giới da trắng trung lưu vượt trội hơn, vì thế, đối với những người phân biệt chủng tộc, điều này nằm ngoài vấn đề.

Lập luận của Jensen gần như hoàn toàn dựa vào số liệu thống kê của Burt, chúng ta đã chứng kiến trong chương này có nhiều sự hoài nghi đối với tính đáng tin đối với số liệu này. Nhưng lý do giải thích tại sao Jensen khẳng định như thế là vì ông đánh bóng vấn đề chính trị bằng ngụy khoa học: ông hợp pháp hóa quan điểm của những người phân biệt chủng tộc cho rằng người da đen là "hạ đẳng", đưa ra tính duy lý đối với những người phản đối cho con họ vào học ở trường lẫn lộn da đen da trắng. Bất chấp tính chất đáng ngờ, quan điểm của ông vẫn được dẫn chứng làm "chứng cứ" cho rằng người da đen là hạ đẳng trong tuyên truyền phân biệt chủng tộc ở Anh lẫn Mỹ.

Đường cong hình chuông

Năm 1994, Herrnstein và Murray xuất bản quyển sách gây tranh luận, *The Bell Curve,* trong đó họ quả quyết rằng IQ không những do di truyền mà còn giải thích phần lớn vấn nạn xã hội trong đó họ đề cập đến sự nghèo đói, tội phạm, chửa hoang (các bà mẹ không chồng) và sống bám vào phúc lợi. Ám chỉ đường cong hình chuông trong nhan đề quyển sách là đường cong phân phối bình thường, và họ cho rằng phân phối trí năng bình thường trong dân số tương quan với vấn nạn xã hội, ở chỗ những người có IQ cao hơn ít có khả năng trở thành tội phạm, v.v... trong xã hội hơn.

Herrnstein và Murray làm sống lại lập luận của Jensen về chủng tộc và trí năng, cho rằng dân số người Mỹ gốc Phi ở Mỹ có số lượng không tương xứng ở nửa dưới đường cong hình chuông, và điều này phản ánh ảnh hưởng gien hơn là ảnh hưởng môi trường. Tuy nhiên, lập luận của họ không vững chắc hơn lập luận của Jensen. Sự nhầm lẫn giữa sự thay đổi giữa nhóm và trong nhóm vẫn còn, cũng như hoàn toàn phớt lờ vô số chứng cứ cho thấy ảnh hưởng của việc nuôi dưỡng, giá trị xã hội và môi trường đối với điểm số trắc nghiệm trí năng.

Dĩ nhiên những yếu tố ấy cũng có ảnh hưởng không nhỏ đối với sự **tham gia** xã hội của cá nhân – mức độ họ suy nghĩ rằng giá trị xã hội và cơ hội xã hội đều liên quan hay có thể đạt được trong đời sống của riêng mình. Nếu một người lớn lên trong một tiểu văn hóa chỉ nhìn thấy sự nghèo đói và bất công xã hội thì khó nhận thức rằng làm việc chăm chỉ và học hành chu đáo sẽ tạo nhiều sự khác biệt. Nhưng dĩ nhiên giống như nhiều vấn đề khác, tham gia xã hội không được Herrnstein và Murray nghiên cứu.

Tuy nhiên dường như họ có ý phản đối lập luận môi trường về trí năng – hay ít ra lập luận môi trường có chọn lọc. Chẳng hạn họ do dự thừa nhận khoảng cách IQ giữa dân số người Mỹ da trắng và da đen đang thu hẹp khi điều kiện giáo dục và xã hội đối với dân số người Mỹ da đen được cải thiện. Tuy nhiên họ cũng khẳng định mang tính giáo điều rằng xu hướng này sẽ chấm dứt trước năm 1990 và khoảng cách không đổi giữa hai dân số vẫn còn. Nhưng Williams và Ceci (1997), nhận thấy khoảng cách đang tiếp tục thu hẹp. Chứng cứ khác phản đối lập luận của họ được giải quyết theo cách tương tự. Do đó giống như những quyển sách khác thuộc loại này, tác giả xem nhẹ sự không thừa nhận của khoa học đối với điều họ phát biểu.

Dĩ nhiên quyển sách tạo ra làn sóng phản đối. Tác giả hoan nghênh sự phản đối, đúng ra tỏ vẻ mộ đạo, miêu tả nó như sự kiểm duyệt có cố gắng. Nhưng Gould (1997) *và nhiều người khác* nêu rõ, sự phản kháng không phải đối với kiểm duyệt mà đối với hành động nghiên cứu khoa học cẩu thả ngụy trang thành quan tâm xã hội và có nhiều ngụ ý xã hội quan trọng trong quá trình. Lập luận của Herrnstein và Murray có vẻ bề ngoài hợp lý nhưng không đưa ra chứng cứ mới – thật ra cũng giống như những sự bất cập tương tự trong các lập luận khác về thuyết di truyền cực đoan trước họ.

Yếu tố di truyền

Quan điểm trí năng do môi trường không được thừa nhận vì không thực tế. Rõ ràng là trẻ phát triển khác nhau, có sự khác nhau đáng kể về tính tình ở trẻ. Nuôi dưỡng trẻ theo cách giống nhau không tạo ra số trẻ giống hệt nhau. Nhưng trong thực tế, có rất ít những người theo thuyết môi trường hiện đại khẳng định điều này. Điều mà người theo thuyết môi trường không thừa nhận là lập luận phi lý và ngụy sinh học của quan điểm di truyền cực đoan (chẳng hạn như lập luận của họ về sự khác biệt giữa nhóm, đáng ngờ cả số liệu thống kê lẫn sinh học), và quan niệm cho rằng trí năng, thành công xã hội, tội phạm hay về bất cứ vấn đề khác đều có thể "giải thích" bằng yếu tố di truyền.

Sự khác biệt ở cá nhân tồn tại trong mỗi chủng loài động vật và con người không ngoại lệ. Trẻ sơ sinh khác nhau trong mọi cách, và khác biệt trong những yếu tố chẳng hạn như kiên nhẫn, hiếu kỳ và quan sát rất có thể ảnh hưởng đến trí năng sau cùng của trẻ. Nhưng chúng không tạo ra kết quả riêng cho mình. Howe (1998) đề cập đến những biến số này được sự tương tác của bố mẹ, giá trị xã hội và cách mà xã hội nuôi dưỡng hay hạn chế tài năng hay khả năng của trẻ, định hình.

Không phải là không hiểu được khi nhà tâm lý học Robert Plomin cho rằng gien cụ thể có ảnh hưởng đến trí năng sau cùng có thể nhận dạng được. Nhưng phát hiện rằng mật mã gien cụ thể đối với một tập hợp protein cụ thể tạo điều kiện thuận lợi phát triển khả năng giúp cá nhân có hành vi thông minh tương đối khác với quan niệm "gien thông minh" theo trình bày của những người theo thuyết di truyền cực đoan. Khả năng một gien như thế tạo điều kiện thuận tiện có thể vẫn còn được ấp ủ, định dạng và định hướng trong suốt sự phát triển ở trẻ và trong đời sống trưởng thành, và cách diễn ra chịu ảnh hưởng đáng kể của bối cảnh xã hội nơi trẻ trưởng thành, cơ hội trẻ trải qua và quan trọng hơn cả là cách trẻ nhận thức, đánh giá những cơ hội ấy và "cơ hội quan trọng khác".

Như chúng ta đã biết, và sẽ tiếp tục chứng kiến trong suốt quyển sách này, con người là động vật cấp cao trong xã hội, và những yếu tố xã hội lan tỏa khắp sự phát triển lẫn đời sống trưởng thành của chúng ta. Dĩ nhiên, do đó có sự tương quan giữa những cách đánh giá chẳng hạn như trắc nghiệm IQ, thành công xã hội hay trái lại. Nhưng tương quan không phải là quan hệ nhân quả, cả hai chịu ảnh hưởng của yếu tố xã hội phổ biến – không phải là cách đánh giá giản dị thái quá về thu nhập và địa vị kinh tế xã hội mà còn là sự khác biệt trong nhóm về nhận thức, giá trị xã hội quy kết cá nhân về tính nhân quả đối với cơ hội xã hội.

Một lý thuyết bất kỳ không giải thích những yếu tố này và chỉ xét sự tương quan máy móc giữa gien và hành vi không thể xem là lời giải thích thích hợp đối với hoạt động chức năng của con người cho dù tỏ ra thành công trong việc làm cho tác giả của nó nổi tiếng.

LÝ THUYẾT TRÍ NĂNG

Như chúng ta đã biết, quan điểm mà một nhà nghiên cứu chọn khi xét trí năng là gì sẽ quyết định cách nghiên cứu của họ và đặt ra vấn đề nào. Nhưng trí năng là một vấn đề khó nắm bắt có thể nhìn thấy từ rất nhiều lý thuyết trí năng do các nhà tâm lý học đề xuất.

ĐỊNH NGHĨA TRÍ NĂNG

Một trong những định nghĩa trí năng đầu tiên được các nhà tâm lý học Binet và Simon (1905) phát triển, chịu trách nhiệm phát triển trắc nghiệm trí năng đầu tiên. Họ cho rằng bản chất của trí năng là: *"đánh giá tốt, lĩnh hội tốt, lập luận tốt"*. Đây là quan điểm rất phổ biến về trí năng một quan điểm không cố gắng nêu cụ thể định nghĩa trí năng thật sự là gì vì lý do trở thành hiển nhiên. Định nghĩa khác của Heim, năm 1970, cho rằng *"hoạt động trí năng bao gồm việc nắm bắt những điểm chính trong một tình huống và phản ứng thích hợp"*.

Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu khác có quan điểm khác. Giới lý thuyết gia phân tích yếu tố cho rằng khía cạnh cơ bản của trí năng có thể bám chặt: Spearman như chúng ta đã biết cho rằng trí năng bao gồm một yếu tố g, khả năng chung cùng với nhiều năng khiếu tập quen khác nhau mà ông gọi chung là yếu tố s (Spearman, 1904). Terman (1916) mô tả trí năng như *"khả năng thực hiện suy nghĩ trừu tượng"*, trong khi Burt, như chúng ta đã biết, xem trí năng là một khả năng nhận thức cố định, di truyền (Burt, 1955).

Nếu chúng ta khảo sát kỹ những định nghĩa chung chung về trí năng này, chúng ta nhận thấy chúng thuộc về hai loại. Spearman, Terman và Burt hoàn toàn xem trí năng như một khả năng với sự tồn tại độc lập. Nhưng cả định nghĩa Binet lẫn Simon và định nghĩa do Heim mô tả trí năng theo nghĩa trí năng ảnh hưởng đến cách hành động của con người ra sao. Có những nhà tâm lý học khác có chung quan điểm này: chẳng hạn Estes (1982) cho rằng suy nghĩ về trí năng như một thực thể độc lập là một sai lầm nghiêm trọng.

Trí năng, theo Estes, là một thuộc tính của hành vi, được chức năng nhận thức và động cơ thúc đẩy cùng nhau quyết định. Chúng ta thực hiện một hành động thông minh hay đặt câu hỏi thông minh. Nói cách khác, trí năng là một tính từ chứ không phải là một danh từ. Điều này có vẻ giống như cuộc tranh luận về chữ nghĩa nhưng thực ra trình bày sự phân biệt quan trọng về vấn đề đồ vật hóa. Đồ vật hóa là một quá trình nâng cao thuộc tính tâm lý thành một "đồ vật" như thể đó là một số loại khả năng trái ngược với mô tả sự việc diễn ra ra sao.

Rose, Kamin và Lewontin (1984) nêu rõ đồ vật hóa là một hiện tượng quen thuộc trong tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng, cũng như là một hiện tượng quan trọng, ảnh hưởng đến chiều hướng diễn ra tranh luận. Chẳng hạn: nếu chúng ta xem một thuộc tính tâm lý như trí năng hay năng nổ như "vật" độc lập, riêng biệt thì ngụ ý là con người khác nhau có số lượng "vật" khác nhau. Nếu con người có số lượng vật khác nhau thì hợp lý hơn khi cho rằng số lượng họ đang có là cố định (mặc dù chúng ta chứng kiến trong khung 6.1 rằng quan điểm cho rằng thuộc tính di truyền là cố định, đáng ngờ về sinh học). Nhưng nếu chúng ta xem trí năng hay năng nổ như một thuộc tính hành vi hơn là một "vật" – như một phần trong cách con người thực hiện một điều gì đó – thì khi đó sự nhấn mạnh sẽ thay đối. Có thể hợp lý hơn khi chúng ta hướng dẫn con người hành động. Vì thế có những ngụ ý chính trị tiềm ẩn trong quá trình đồ vật hóa.

Dĩ nhiên, trong thực tế những gì chúng ta xem là trí năng luôn đi kèm với việc thực hiện một điều gì đó. Chúng ta không nhìn thấy trí năng trực tiếp – chúng ta chỉ nhìn thấy hành vi thông minh trong một số loại bối cảnh, cho dù bối cảnh ấy chỉ là cách con người giải quyết trắc nghiệm trí năng. Đây là lý do tại sao chúng ta đánh giá một ai đó rất thông minh theo một cách nào đó – nghĩa là rất thông minh lập trình vi tính hay công việc học thuật – nhưng nói chung trong các cách khác không tỏ ra thông minh – nghĩa là bị người khác lợi dụng nếu trí năng chỉ là một khả năng riêng lẻ thì điều này không thể là chắc chắn.

Vấn đề khác với đồ vật hóa là thực ra không cho chúng ta biết tiếp theo phải đi đến đâu. Howe (1990) đặt vấn đề liệu khái niệm trí năng có giá trị thực tế hay không, cho rằng việc sử dụng trí năng như "lời giải thích" thực ra không cho chúng ta biết bất cứ điều gì, chẳng hạn, "Jane giải quyết vấn đề giỏi hơn vì cô ta thông minh hơn" có thể mô tả một tình trạng công việc ở điều kiện tốt nhất nhưng thực ra không giúp chúng ta hiểu điều gì đang thực sự diễn ra. Tiếp theo sau nghiên cứu chi tiết về **nhà bác học ngốc nghếch** (những người gặp khó khăn học tập nghiêm trọng ngoại trừ khả năng hiểu biết phi thường chỉ trong một lĩnh vực hẹp), Howe cho rằng những người như thế trình bày những phiên bản cực đoan của kỹ năng bình thường (Howe, 1989). Ông cho rằng hầu hết mọi người đều có nhiều kỹ năng riêng biệt độc lập và cố gắng kết hợp chúng như thể chúng là một bộ phận trong hiện tượng "trí năng" trừu tượng nói chung không hề hữu ích.

VẤN ĐỀ ĐA TRÍ NĂNG

Lập luận của Howe phát sinh một vấn đề khác trong nỗ lực định nghĩa trí năng. Thậm chí các nhà nghiên cứu cho rằng trí năng như một thực thể độc lập cũng không đồng ý một thực thể độc lập như thế phải như thế nào. Tranh luận này, vẫn còn tồn tại đến nay, tập trung vào sự tồn tại của yếu tố g. Liệu có yếu tố g riêng lẻ làm nền tảng hiển nhiên cho những hình thức trí năng khác nhau hiển nhiên hay không? Hay trí năng bao gồm nhiều kỹ năng khác nhau, độc lập nhau hoạt động độc lập với nhau?

Thurstone

Tranh luận đã có từ lâu. Thurstone (1938) xem trí năng bao gồm một tập hợp các khả năng suy nghĩ sơ cấp, tất cả đều độc lập với nhau. Có bảy loại: lĩnh hội bằng lời, sự lưu loát trong lời nói, con số, hình dung không gian, trí nhớ, lập luận và tốc độ nhận thức. Trắc nghiệm trên cơ sở loại mô hình này, vì thế tạo ra **mô tả sơ lược** hơn là điểm số IQ riêng lẻ. Mô hình này phổ biến trong nhiều trắc nghiệm trí năng cá nhân như thang độ trí năng Wechsler (xem Bảng 6.3) trong khi được sử dụng phổ biến trong đánh giá trí năng lâm sàng.

Thuyết trí năng đa yếu tố của Guilford

Guilford (1967) lập luận rằng trí năng bao gồm 120 kỹ năng độc lập, khác nhau, sau

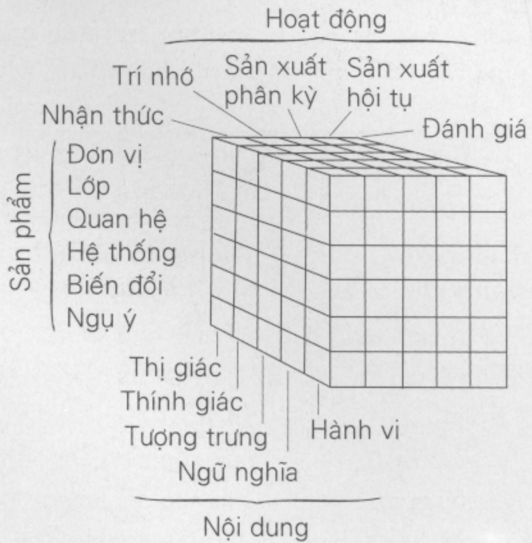
Bảng 6.3 Trắc nghiệm phụ bằng thang độ trí năng Wechsler

Thang độ bằng lời	Thang độ bằng hành động
Thông tin	Ký hiệu chữ số
Lĩnh hội	Hoàn tất hình vẽ
Số học	Thiết kế khối
Tính tương tự	Sắp xếp hình ảnh
Khoảng cách chữ số	Tập hợp đối tượng
Từ vựng	

này ông phát triển đến 150 (Guilford, 1982). Mỗi công việc suy nghĩ theo mô hình của Guilford, bao gồm ba loại thành phần: hoạt động suy nghĩ, nội dung và sản phẩm. **Hoạt động suy nghĩ** liên quan đến việc suy nghĩ về công việc diễn ra ra sao: suy nghĩ bằng cách hay tiếp cận nào. **Nội dung** liên quan đến loại trình bày suy nghĩ mà nó liên quan. Và **sản phẩm** liên quan đến loại kết quả tạo ra từ công việc suy nghĩ. Sản phẩm là sự kết hợp khác nhau của mỗi công việc trong số những công việc này tạo ra 150 kỹ năng nhận thức khác nhau liên quan đến trí năng.

Guilford cho rằng có 5 loại hoạt động suy nghĩ khác nhau, như sau: (1) nhận thức, (2) trí nhớ, (3) sản xuất phân kỳ, (4) sản xuất hội tụ và (5) đánh giá. Theo mô hình của Guilford, nội dung cũng có 5 loại: (1) thị giác, (2) thính giác, (3) tượng trưng, (4) ngữ nghĩa và (5) hành vi. Có 6 loại sản phẩm: (1) đơn vị, (2) lớp, (3) quan hệ, (4) hệ thống, (5) biến đổi và (6) ngụ ý. Nhân những yếu tố này với nhau tạo ra được tất cả những phối hợp có thể thành 150 yếu tố nhận thức khác nhau, mỗi yếu tố được đánh giá bằng một loại công việc khác nhau. Guilford cho rằng mô hình nên được hình dung như một loại hình khối gồm 150 hình khối nhỏ hơn (Hình 6.3).

Hình 6.3 Mô hình trí năng của Guilford



Thuyết đa trí năng của Gardner

Thuyết trí năng đa thành phần hiện đại do Gardner (1985) đề xuất với quan điểm cực đoan hơn. Thay vì nhận dạng kỹ năng độc lập cùng phối hợp để tạo ra một trí năng chung thì Gardner cho rằng chúng ta có trí năng khác nhau trên thực tế. Lý thuyết này trên cơ sở quan niệm rằng suy nghĩ không phải là một thực thể chính thể luận, mà gồm những module độc lập, riêng biệt, Gardner lập luận trí năng là một tên gọi tổng hợp chúng ta dùng để phản ánh các hoạt động của những module này nhưng trí năng không phải là một thực thể riêng lẻ.

Gardner sử dụng bốn loại chứng cứ làm cơ sở cho lập luận này. Một trong những chứng cứ này là chứng cứ **phát triển** phác họa cách phát triển kỹ năng hay năng khiếu khác nhau khi cá nhân lớn tuổi. Nguồn thứ hai là chứng cứ từ **tổn thương não** ảnh hưởng đến hoạt động chức năng cụ thể nhưng không ảnh hưởng đến chức năng hoạt động khác. Cũng có chứng cứ từ **trường hợp cực đoan** chẳng hạn như nhà bác học ngốc nghếch hay những người được xã hội cho là "thiên tài" và Gardner cũng đề cập **chứng cứ tiến hóa,** giải thích điều gì biểu hiện khả năng hay năng khiếu cụ thể được phát triển. Theo Gardner, chứng cứ biểu thị rằng có 7 loại trí năng hoàn toàn khác nhau (xem Bảng 6.4). Gardner đề xuất rằng mỗi loại trí năng này là một thực thể độc lập, có nguồn gốc sinh học riêng biệt trong bộ não.

Có nhiều ý kiến chỉ trích tiếp cận của Gardner, từ phương pháp luận (chẳng hạn ông thường dựa vào giai thoại để làm chứng cứ) cho đến khái niệm – chẳng hạn như xem tính toán, toán học và đặt giả thuyết là những loại có hiệu quả như nhau, đối với các nhà tâm lý học khác trong giản dị thái quá. Nhưng có lẽ một

Bảng 6.4 Bảy loại trí năng

Trí năng ngôn ngữ	Sử dụng khi đọc, viết hay hiểu lời nói.
Trí năng âm nhạc	Sử dụng trong thưởng thức, biên soạn và chơi nhạc.
Trí năng toán học - logic	Sử dụng trong tính toán số học, con số và lập luận logic.
Trí năng không gian	Sử dụng trong sắp xếp đồ vật trong không gian cũng như nghệ thuật thị giác và nhận biết mọi thứ xung quanh.
Trí năng vận động cơ thể	Sử dụng trong thể thao, khiêu vũ hay di chuyển và sự khéo léo hàng ngày.
Trí năng giữa cá nhân với nhau	Sử dụng trong quan hệ với người khác, hiểu tín hiệu xã hội và dự đoán kết quả xã hội.
Trí năng nội tâm	Sử dụng tìm hiểu và dự đoán hành vi của một người và nhận dạng các khía cạnh của cái tôi và nhân cách của một người.

Nguồn: Gardner, 1985

trong những vấn đề chính là tính chất lý thuyết không có bối cảnh – nói cách khác, cách mà trí năng khác nhau được xử lý như thể bối cảnh văn hóa và xã hội đều không quan trọng.

Chẳng hạn ngôn ngữ được xử lý hoàn toàn như thể là một kỹ năng nhận thức cá nhân – chức năng xã hội của ngôn ngữ hoàn toàn bị phớt lờ. Tuy nhiên, chúng ta đã biết trong Chương 4, điều này không thực tế: yếu tố xã hội là một khía cạnh chính của sự có được ngôn ngữ lẫn sử dụng ngôn ngữ. Thực ra, yếu tố xã hội nói chung thường bị xem nhẹ trong thuyết của Gardner, ngoại trừ đối với trí năng giữa cá nhân với nhau. Không có sự nghiên cứu yếu tố xã hội khi chúng liên quan đến kỹ năng khác: giả định có vẻ cho rằng trí năng là những khả năng độc lập, riêng biệt phát triển ở cá nhân như thể chúng độc lập với bối cảnh bất kỳ và có thể đánh giá chính thức bằng cách sử dụng trắc nghiệm do nghiệm tâm thần.

Tuy nhiên cũng có một số ưu điểm trong thuyết của Gardner. Nói chung thuyết có vẻ tập trung vào một số tính kỳ quặc về trí năng con người tốt hơn các thuyết khác – chẳng hạn như sự tồn tại của thiên tài âm nhạc hay nhà bác học ngốc nghếch. Một lý thuyết bất kỳ phải giải thích con người khác với tiêu chuẩn ra sao cũng như con người tuân thủ tiêu chuẩn ra sao. Gardner nghiên cứu điều này với một nỗ lực nghiêm túc.

LÝ THUYẾT TRÍ NĂNG TAM ĐẦU CỦA STERNBERG

Một mô hình trí năng thay thế và cũng là mô hình có vẻ đưa ra khả năng kết hợp nhiều khía cạnh trí năng rất khác nhau là **thuyết trí năng tam đầu** do Sternberg phát triển năm 1985. Thuyết này cho rằng có ba khía cạnh khác biệt trong trí năng con người, cùng phối hợp với nhau để tạo ra những gì chúng ta gọi là hành vi thông minh hay hành động thông minh đối với một cá nhân cụ thể. vì thế, thuyết của Sternberg bao gồm ba lý thuyết phụ riêng biệt, mỗi lý thuyết phụ giải quyết một trong những khía cạnh này.

Trí năng bối cảnh

Lý thuyết phụ đầu tiên là lý thuyết phụ **trí năng bối cảnh**, liên quan đến trí năng trong bối cảnh xã hội văn hóa. Trong lý thuyết phụ này, trí năng được xử lý như hoạt động suy nghĩ hướng về hành động có mục đích trong thế giới thực. Nói cách khác, giúp con người chọn lọc kích thích hay bối cảnh thích hợp trong sinh hoạt, định dạng môi trường của mình cho phù hợp với nhu cầu cá nhân hay văn hóa hay để làm cho mình thích nghi với môi trường và bối cảnh thích hợp mà họ gặp phải trong đời sống hàng ngày. Lý thuyết phụ này cho rằng hành động thông minh không thể xem là hành động trừu tượng, không có bối cảnh: chúng diễn ra trong một bối cảnh, và chúng ta hành động có lý do. Những bối cảnh và lý do ấy định dạng loại hành động chúng ta thực hiện và cũng như cách chúng ta thực hiện hành động ấy.

Vì thế, khía cạnh này làm cho thuyết tam đầu dễ phân biệt với các thuyết trí năng khác, theo nghĩa có nhiều khả năng hơn trong việc giải quyết hầu hết tính đa dạng văn hóa và môi trường con người đang sống và nhận biết sự khác biệt văn hóa cấu thành hành vi thông minh. Thật ra, Sternberg lập luận không thể hiểu trí năng bên ngoài bối cảnh văn hóa xã hội. Mặc dù có những khía cạnh trí năng có ranh giới văn hóa phổ biến, đều khắp, nhưng văn hóa quyết định liệu có nhấn mạnh hay đánh giá những ranh giới này hay không hay giảm thiểu và làm chúng mất giá trị. Nhanh nhẹn trong suy nghĩ và hành động chẳng hạn được xem trọng trong văn hóa phương Tây nhưng không được chuộng lắm ở một số văn hóa châu Á. Vì thế ngay cả những thuộc tính trí năng phổ biến tự nó cũng biểu thị khác biệt trong nhiều văn hóa khác nhau.

Kỹ năng nhận thức cơ bản tương tự tự nó cũng biểu thị hoàn toàn khác ở các nền văn hóa. Vì thế, chẳng hạn, kỹ năng nhận thức về nhận thức không gian có thể bao gồm hai bối cảnh văn hóa rất khác nhau: đi từ đảo này sang đảo khác trong nền văn hóa Polynesian truyền thống sử dụng các ngôi sao định hướng hải hành hay công việc thiết kế của kiến trúc sư phương Tây. Nhưng kỹ năng cơ bản ấy lẽ ra phát triển hoàn toàn khác nhau trong hai nền văn hóa, và không thể đánh giá nếu không tính đến điều này. Sternberg lập luận một số yếu tố cơ bản của trí năng có thể nhận thấy phổ biến nhưng vì sự thể hiện, phát triển và đánh giá xã hội về chúng khác nhau nên biểu hiện trí năng trên thực tế rất khác nhau.

Trí năng kinh nghiệm

Lý thuyết phụ thứ hai trong mô hình tam đầu là lý thuyết phụ **trí năng kinh nghiệm,** là tất cả kinh nghiệm trước đây của một người ảnh hưởng đến cách giải quyết nhiệm vụ hay tình huống được giao. Nói cách khác, lý thuyết trình bày cách chúng ta tích lũy kỹ năng và kiến thức như kết quả kinh nghiệm đời sống cá nhân. Cách mà kinh nghiệm đời sống này tự biểu hiện trong trí năng theo Sternberg có thể tóm tắt theo nghĩa phát triển của hai kỹ năng cơ bản. Kỹ năng thứ nhất là khả năng giải quyết nhu cầu tình huống và thứ hai là khả năng tự chủ trong xử lý thông tin.

Những loại tình huống đời thực khác nhau tạo ra nhu cầu khác nhau và kinh nghiệm chúng ta tích lũy ảnh hưởng đến khả năng xử lý chúng. Một số người có đời sống hạn chế, gò bó, ít gặp sự kiện bất thường hay không ngờ chắc chắn có dải tùy chọn hạn chế hơn, nếu họ đối mặt với vấn đề bất thường, xa lạ. Trong tình huống quen thuộc, họ hoàn toàn có năng lực, nhưng nếu một nhu cầu tình huống, theo cách gọi của Sternberg, hoàn toàn nằm ngoài kinh nghiệm trước đây, thì có lý khi cho rằng bạn không thể tìm được cách xử lý tốt nhất ngay lập tức. Một số người từng trải qua nhiều tình huống, hoàn cảnh, trái lại sẽ có vốn kiến thức tùy chọn và biện pháp thay thế nhiều hơn, vì thế họ có khả năng giải quyết một dải rộng các sự kiện bất thường, xa lạ.

Thích ứng với nhu cầu tình huống cũng bao gồm việc xử lý những mối tương tác giữa tình huống khác nhau, ở đây kinh nghiệm cá nhân rất hữu ích.

Chẳng hạn: một giáo viên kinh nghiệm sử dụng kiến thức của mình về học sinh mình đang dạy để đánh giá học sinh nào đang bị áp lực và học sinh nào không bị. Vì thế nếu một sự kiện trong trường học xảy ra cùng lúc với thời hạn chót của chương trình khóa học, thì họ chỉ chọn những em nào làm việc tốt trong môi trường áp lực để giúp tổ chức, biết rằng các em có khả năng thích ứng với công việc bổ sung. Đánh giá như thế này bao gồm việc cân bằng hiểu biết về học sinh với hai tình huống khác: tính chất công việc phải làm và yếu tố thời gian. Đối với Sternberg, yêu cầu tình huống bao gồm yêu cầu do sự tương tác giữa công việc, tình huống và con người tạo ra cũng như yêu cầu được tạo ra bởi những công việc và tình huống mới lạ.

Kỹ năng cơ bản thứ hai được phát triển như một phần trí năng kinh nghiệm là khả năng tự chú trong xử lý thông tin, bao gồm sự phát triển một dải thói quen, vì thế yêu cầu công việc không tượng trưng một yêu cầu nhận thức lớn như thế đối với cá nhân (xem Chương 2). Chẳng hạn, khi lần đầu tiên học lái xe, mỗi chuỗi hành động đều mới lạ, cần sự tập trung, vì thế toàn bộ quá trình bao gồm nhu cầu nhận thức đáng kể. Đó là lý do tại sao người ta chỉ học được hay chỉ thi lấy bằng được thường nhận thấy khi vừa lái xe vừa nói chuyện là chuyện rất khó. Nhưng khi đã lái thạo, những quá trình này không đòi hỏi sự tập trung nhiều, vì chúng đã trở thành thói quen tự chủ. Như chúng ta đã biết trong Chương 4 kỹ năng nhận thức thuần túy cũng có thể trở thành thói quen, và lý do giải thích tại sao điều quan trọng đối với trẻ là phải thực hành đọc nhiều là vì quá trình đọc trôi chảy, nhận biết từ và quét trở nên tự động. Vì chúng dễ nhận thức hơn nên trẻ không phải chú ý, đến mức trẻ dành thời gian tìm hiểu nội dung trong khi đọc nhiều hơn.

Kinh nghiệm đời sống cá nhân mà một người đang có cũng tạo ra cơ hội cho nhiều kỹ năng khác nhau trở thành thói quen. Nếu bạn quan sát ai đó phóng lao chẳng hạn bạn nhận thấy một số người thực hiện phép trừ phức tạp từ số 301 hay 501 hầu như ngay tức khắc, trong khi người khác tính chậm hơn nhiều. Đối với một số người tính toán đã trở thành thói quen vì thế họ không cần phải có nhiều nhu cầu nhận thức. Đối với người khác yêu cầu nhận thức khắt khe hơn. Dĩ nhiên chúng ta càng **thực hành** nhiều kỹ năng như thế thì chúng ta càng có khả năng tập chúng thành thói quen. Sternberg cho rằng vì cá nhân làm cho biến đổi rất nhiều đến một mức nào đó thì trong đời sống của họ giúp kỹ năng cơ bản phát triển nên điều quan trọng phải tính đến điều này khi nghiên cứu trí năng. Ông lập luận một lý thuyết trí năng đầy đủ cần phải nhận biết và tìm hiểu tính chất của sự thay đổi này.

Trí năng thành phần

Lý thuyết phụ thứ ba trong mô hình tam đầu là lý thuyết phụ **trí năng thành phần**. Trí năng thành phần là tất cả cơ chế nhận thức làm nền tảng cho hoạt động chức năng thông minh. Lý thuyết phụ này thực ra miêu tả một lý thuyết trí năng lâu đời hơn (Sternberg, 1977), trong đó ông phân loại thành phần trí năng theo hai cách: chức năng hay những gì chúng thực sự làm và mức độ chung hay mục tiêu của chúng cụ thể hay chung chung ra sao. Mô hình này cho rằng có ba loại thành phần nhận thức hình thành trí năng thành phần: thành phần đối chứng, thành phần hoạt động và thành phần có được kiến thức.

Trong mô hình của Sternberg, thành phần đối chứng là xử lý cấp cao trong hoạt động suy nghĩ chẳng hạn như hoạch định và ra quyết định. Vì thế chúng bao gồm những hành động như nghĩ ra điều gì nên làm trong thời gian cho phép hay tính đến những yếu tố khác nhau ảnh hưởng đến một vấn đề. Thành phần hoạt động là những thành phần liên quan trong việc thực hiện công việc trong thực tế – như khả năng tính toán hay đếm hay lập luận logic. Thành phần có được hiểu biết liên quan đến cách chúng ta có được hay học tập thông tin mới: chiến lược nhận dạng những đặc điểm hay mẫu quan trọng, tính hiếu kỳ, và .v.v...

Điều quan trọng về lý thuyết phụ này là cách giải quyết vấn đề trong trắc nghiệm trí năng. Như chúng ta đã biết trong chương này, lịch sử trắc nghiệm trí năng cho thấy các khoản mục trong trắc nghiệm trí năng thường phản ánh giả định xã hội hay sử dụng vấn đề mang tính văn hóa cụ thể. Một phần điều này là do tính chất của công việc đặc biệt liên quan: nói chung, những người phát triển trắc nghiệm IQ có khuynh hướng đưa các khoản mục vào trắc nghiệm vì có vẻ có tác động, điều này không có nghĩa là phải đưa vào mọi thứ vì nhu cầu kiểm tra tính đáng tin có nghĩa là một số khoản mục tự động bị loại. Nhưng nói chung, việc chọn các khoản mục trắc nghiệm mang tính thực dụng hơn là lý thuyết.

Mô hình của Sternberg trái lại cho thấy các loại khoản mục trắc nghiệm nên được bao gồm khi phát triển một trắc nghiệm. Các khoản mục trắc nghiệm theo Sternberg nên được chọn trên cơ sở những gì chúng cho chúng ta biết về thành phần trí năng, không chỉ trên cơ sở thực dụng hay hoạt động. Theo mô hình của Sternberg, trắc nghiệm IQ cũng cần bao gồm các khoản mục để đánh giá từng thành phần khác nhau. Một số khoản mục trắc nghiệm cần đánh giá hoạch định, ra quyết định hay các khía cạnh khác của thành phần đối chứng, những khoản mục khác cần nghiên cứu dứt khoát thành phần hoạt động bằng cách đánh giá con người thực hiện nhiệm vụ cụ thể ra sao trong khi nhóm khoản mục trắc nghiệm thứ ba cũng cần lưu ý đến thành phần có được hiểu biết. Để đánh giá chính xác trí năng thành phần, những khoản mục này cần được cân bằng trong khắp trắc nghiệm.

Mặc dù lý thuyết phụ thành phần trong mô hình trí năng tam đầu của Sternberg được phát triển cao nhất, lý thuyết cho phép nhận biết nhiều hơn về cách mà trí năng hoạt động trong thực tế thông qua việc nhấn mạnh đến các khía cạnh bối cảnh và kinh nghiệm cũng như các bộ phận quan trọng tương đương của trí năng. Thuyết này cũng cho thấy trong tương lai có thể phát triển cách đánh giá trí năng nhận biết đầy đủ hơn về tầm quan trọng của văn hóa và kinh nghiệm. Một mô hình toàn diện về trí năng con người bất kỳ nào cũng cần nhận biết tính đa dạng và đa yếu tố trong nền văn hóa và kinh nghiệm của con người, trong khi cùng lúc thừa nhận rằng nhân loại trên khắp thế giới đều có những điểm chung. Có thể mô hình tam đầu của Sternberg tạo ra khả năng làm việc ấy. Ở mức độ ít nhất, mô hình cũng mở ra những khả năng này.

Trong chương sau chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát một số mô hình nhân cách con người do các nhà tâm lý học đề xuất. Trong khi một số thuyết nhân cách, giống như một số thuyết trí năng có cơ sở trong phép đo nghiệm tâm thần, một số khác bắt nguồn từ nhiều nguồn gốc hơi khác nhau và tạo ra những giả định rất khác nhau.

Từ khóa

Phương pháp hình thức thay thế. Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm do nghiệm tâm thần đáng tin như thế nào, bao gồm việc so sánh kết quả do hai phiên bản khác nhau của cùng một trắc nghiệm tạo ra, nếu được dành cho cùng đối tượng.

Thay đổi giữa nhóm. Thay đổi chung dễ thấy giữa các mẫu điểm số khác nhau chẳng hạn như khác nhau về chiều cao giữa người Pygmy và người châu Âu.

Trí năng thành phần. Bộ phận trong mô hình trí năng tam đầu của Sternberg liên quan và bao gồm quá trình và kỹ năng suy nghĩ.

Tính giá trị đồng quy. Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách so sánh nó với một số cách đánh giá khác được tiến hành cùng lúc – nghĩa là đang diễn ra đồng thời.

Tính giá trị xây dựng. Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách xem nó có phù hợp với quan điểm lý thuyết về những gì dự định đánh giá hay không.

Hệ số tương quan. Con số giữa -1 và + 1 diễn đạt mối tương quan gắn bó ra sao. Nếu con số này gần 0 không có sự tương quan thực sự nào giữa cả hai, nếu gần +1 có sự tương quan tích cực - nói cách khác nếu một biến số lớn thì biến số kia cũng có khuynh hướng lớn, nếu gần –1 có mối tương quan tiêu cực – nói cách khác nếu một biến số lớn thì biến số kia có khuynh hướng nhỏ.

Tính giá trị tiêu chuẩn. Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách so sánh nó với một số cách đánh giá khác. Nếu cách đánh giá khác được đánh giá ở thời gian xấp xỉ với đánh giá ban đầu thì loại tính giá trị tiêu chuẩn được áp dụng là tính giá trị đồng quy, nếu được chọn muộn hơn nó là tính giá trị dự đoán.

Biện chứng. Quan hệ lẫn nhau trong đó hai thực thể hay quan điểm hoàn toàn đối lập hay đối lập phối hợp để hình thành một sự tổng hợp hoàn toàn mới. Thực thể này ảnh hưởng và chịu ảnh hưởng bởi thực thể khác chẳng hạn như cùng quan hệ để tạo ra một thực thể mới.

Tính giá trị sinh thái. Cách đánh giá trắc nghiệm hay biện pháp đánh giá có giá trị ra sao (chẳng hạn liệu có thực sự đánh giá những gì dự định đánh giá hay không) liên quan đến việc biện pháp đánh giá hay trắc nghiệm có thực sự giống với đối tác của nó trong thế giới hàng ngày, thực tế hay không. Nói cách khác, liệu nó có thực sự thực tế hay không.

Thuyết ưu sinh. Quan điểm chính trị cho rằng con người có thể cải thiện bằng cách loại trừ "những người không mong muốn" ra khỏi dòng dõi sinh sản, sao cho họ không thể lưu truyền gien được cho là hạ đẳng. Một số người theo thuyết ưu sinh ủng hộ việc thụ tinh cưỡng bách trong khi số khác thích diệt chủng hay thảm sát tập thể hơn.

Trí năng kinh nghiệm. Bộ phận trong thuyết trí năng tam đầu của Sternberg về việc cá nhân học được gì từ kinh nghiệm cá nhân.

Tính giá trị bề mặt. Liệu một trắc nghiệm hay biện pháp đánh giá có xét đến bề mặt như thể có lẽ đánh giá những gì theo dự định hay không.

Phân tích yếu tố. Phương pháp phân tích thống kê khảo sát sự tương quan giữa dữ liệu để nhận dạng các nhóm hay tập hợp thành nhóm chính do một yếu tố chung riêng lẻ gây ra.

g (viết tắt của "trí năng chung chung") một loại trí năng được cho là làm nền tảng của mọi loại hoạt động suy nghĩ khác nhau, trái với các loại tài năng hay năng khiếu có thể hơn.

Gaussian distribution (phân phối Gaussian). Phân phối thống kê minh họa bằng đường cong hình chuông, còn gọi là phân phối bình thường.

Genotype (kiểu gien). Toàn bộ tập hợp đặc điểm có khả năng di truyền có trong nhiễm sắc thể của cá thể.

Heritability (tính di truyền). Giá trị số học để gọi trí năng trên giả định sai lầm rằng có thể tách biệt và tính số lượng thành phần di truyền và tập quen.

Idiots savants (nhà bác học ngốc nghếch). Những người có vẻ giảm thiểu trí năng so với khả năng trí tuệ chung, nhưng biểu thị khả năng suy nghĩ xuất sắc trong một lĩnh vực hẹp – như có khả năng cộng cực nhanh và chính xác hay tính toán số ngày trong tuần với ngày tháng cụ thể cách đây vài ngàn năm.

Intelligence quotient (chỉ số thông minh) (IQ). Con số một số người nghĩ rằng biểu thị mức độ thông minh của một người, biểu thị người ấy thực hiện trắc nghiệm trí năng tốt đến mức nào.

Đường cong phân phối bình thường. Một mẫu điểm số, phân phối trên đồ thị, xuất hiện trên đồ thị ấy dưới dạng đường cong hình chuông, còn gọi là phân phối Gaussian, có những thuộc tính toán học có nghĩa là tính được xác suất, hay khả năng có thể của một số điểm đã cho, đơn thuần bằng cách biết giá trị trung bình và sự lệch tiêu chuẩn.

Trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần. Trắc nghiệm thống kê dùng để giả định rằng dữ liệu nếu thu thập ở mẫu đủ lớn sẽ tạo ra sự phân phối bình thường.

Kiểu hình. Đặc điểm cụ thể mà một cá thể phát triển như chứng cứ của sự tương tác giữa cấu trúc gien và môi trường trong đó chúng phát triển.

Tính giá trị dự đoán. Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (chẳng hạn có thực sự đánh giá theo dự định) bằng cách xét nó tương quan với một số cách đánh giá khác, được đánh giá sau này, sau khi tiến hành trắc nghiệm.

Đồ vật hóa. Quá trình xử lý một trạng từ như thể nó là danh từ – nghĩa là xem "hành động thông minh" như thể là sự biểu hiện một số loại thực thể gọi là "thông minh".

Phương pháp tách nửa. Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có thể đáng tin ra sao, gồm việc tách trắc nghiệm thành hai phần, phân phối mỗi nửa trắc nghiệm cho cùng một người, sau đó so sánh kết quả.

Tiêu chuẩn hóa (a). Quá trình đảm bảo rằng điều kiện nghiên cứu tâm lý học hay trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần luôn giống hệt nhau, (b) quá trình hình thành kết quả trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần luôn xuất hiện ở một dân số đã định bằng cách phác họa một tập hợp các tiêu chuẩn dân số, (c) quá trình so sánh trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần với những cách đánh giá lâu dời hơn đối với cùng vấn đề.

Phương pháp kiểm tra lại trắc nghiệm. Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm hay cách đánh giá đo nghiệm tâm thần có đáng tin hay không bao gồm việc phân phối trắc nghiệm như nhau cho cùng đối tượng ở hai dịp khác nhau và so sánh kết quả.

Thuyết trí năng tam đầu. Lý thuyết trí năng do Sternberg (1985) phát triển, cho rằng trí năng cần được hiểu từ ba góc độ khác nhau: (a) bối cảnh phân hóa, xã hội trong đó một hành động thông minh xảy ra, (b) kinh nghiệm trước đây của một người định hình phản ứng của họ ra sao và (c) kỹ năng và khả năng suy nghĩ trong giải quyết vấn đề.

Tính giá trị. Vấn đề liệu trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần hay đánh giá tâm lý học có thực sự đánh giá theo đúng dự định hay không.

Thay đổi trong nhóm. Sự khác nhau ở cá nhân về hành vi, hình thể hay khả năng xảy ra ở thành viên của một nhóm xã hội nhất định, chẳng hạn như sự thay đổi tự nhiên về chiều cao ở các thành viên cùng nhóm người pygmy.

Tóm tắt

1. Tâm lý học trí năng phát triển trong một bối cảnh xã hội chính trị cao, vì kết quả nghiên cứu tâm lý học được sử dụng như để biện minh cho phân tầng xã hội, chính sách giáo dục và thuyết ưu sinh.
2. Trắc nghiệm IQ đầu tiên được Binet phát triển vào đầu thế kỷ, mục đích nhận dạng những người hưởng lợi từ giáo dục trường học đặc biệt. Binet không nghĩ họ có thể hay nên được sử dụng như những nhãn hiệu.
3. Trắc nghiệm IQ đầu tiên phối hợp công trình của Binet với công trình của Galton dùng để phân loại và so sánh cá thể, dẫn đến nhiều ứng dụng xã hội đáng nghi vấn.

4. Trắc nghiệm của Binet chấp nhận phương pháp tương quan độ tuổi, nhưng công trình của Spearman về phân tích yếu tố tạo ra một hình thức trắc nghiệm IQ mới dẫn đến tranh luận liệu có trí năng chung chung trái với một số kỹ năng cụ thể hay không.
5. Dữ liệu về nghiên cứu song sinh của Cyril Burt có nhiều ảnh hưởng nhưng có vẻ là sự gian lận khoa học. Nhiều nghiên cứu đáng kính hơn trong vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng trong trí năng bao gồm nghiên cứu song sinh và nghiên cứu nhận con nuôi, nhưng kết quả nói chung cũng đáng ngờ.
6. Có nhiều ý kiến chỉ trích về tính giá trị và tiêu chuẩn hóa trong trắc nghiệm IQ cũng như thành kiến văn hóa trong trắc nghiệm IQ. Lập luận cho rằng sự khác nhau giữa người Mỹ da trắng và da đen phát sinh từ yếu tố di truyền, hoàn toàn đáng ngờ.
7. Lý thuyết trí năng có xu hướng thuộc về hai loại: loại xem trí năng như một tính từ, hay một thuộc tính hành động và loại xem trí năng như một thực thể đó vật hóa, trừu tượng. Gardner chọn khuynh hướng thứ hai, cho rằng có nhiều trí năng khác nhau, độc lập.
8. Sternberg đề xuất thuyết trí năng tam đầu cho rằng sự giải thích trí năng bất kỳ phải giải quyết các yếu tố văn hóa và xã hội, kinh nghiệm cá nhân cũng như các thành phần suy nghĩ.

Câu hỏi tự đánh giá

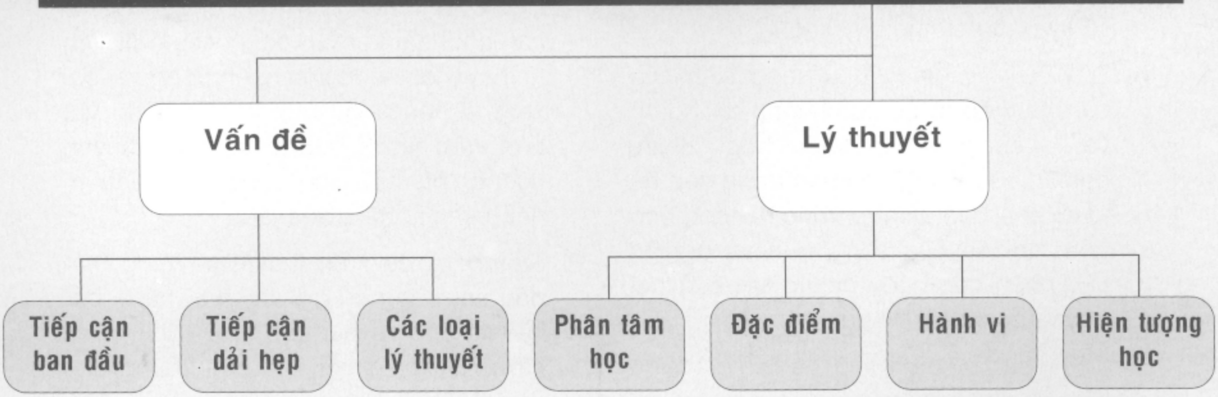
1. Mô tả tiếp cận tương quan độ tuổi để đánh giá trí năng.
2. Nghiên cứu song sinh cho chúng ta biết điều gì về trí năng?
3. Ba lý thuyết phụ trong thuyết trí năng tam đầu là gì?

Câu hỏi thảo luận

1. "Phát triển trắc nghiệm trí năng trực tiếp mâu thuẫn với dự định ban đầu của Binet". Hãy thảo luận.
2. Hãy thảo luận, cung cấp chứng cứ, quan điểm cho rằng trí năng được quyết định theo di truyền.
3. So sánh thuyết trí năng tam đầu của Sternberg với thuyết đa trí năng của Gardner.

chương 7

Thuyết nhân cách



Đối tượng nghiên cứu

7.1. Lý thuyết nhân cách ban đầu

a. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết nhân cách ban đầu

b. Mô tả lý thuyết nhân cách ban đầu

c. Nhận dạng minh họa về các loại nhân cách

7.2. Tiếp cận Freud

a. Phác họa cơ chế bảo vệ cái tôi chính

b. Mô tả khái niệm cơ bản trong lý thuyết của Freud

c. Đánh giá tiếp cận Freud trong phân tâm học

7.3. Jung và Fromm

a. Phác họa mô hình nhân cách của Jung

b. Đánh giá khái niệm tiềm thức chung

c. Phân biệt giữa bốn định hướng nhân cách cơ bản của Fromm

7.4. Lý thuyết đặc điểm nhân cách

a. Mô tả lý thuyết đặc điểm nhân cách

b. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết đặc điểm nhân cách

c. Đánh giá tiếp cận đặc điểm nhân cách

7.5. Lý thuyết định hướng học tập

a. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết tập quen nhân cách

b. Phác họa khái niệm chính trong lý thuyết nhận thức xã hội

c. Đánh giá lý thuyết phát triển nhân cách xã hội của Mead

7.6. Rogers và Kelly

a. Mô tả khái niệm chính trong lý thuyết nhân cách của Rogers

b. Định nghĩa thuật ngữ về thuyết xây dựng cá nhân

c. Giải thích tiếp cận nhân cách hiện tượng học

7.7. Thuyết dải hẹp

a. Liệt kê đặc điểm nhân cách của nhân cách độc đoán

b. Phân biệt giữa nhân cách loại A và loại B

c. Mô tả nghiên cứu về tiếp cận nhân cách dải hẹp

7.8. Quan điểm

a. Định nghĩa thuật ngữ về tiếp cận nhân cách và trắc nghiệm nhân cách

b. Phân biệt giữa thuyết nhân cách khác biệt nhân cách và mô tả cá nhân

c. Minh họa các loại lý thuyết nhân cách khác nhau

Mọi người đều khác nhau, nhưng chúng ta cũng có những điểm chung đi đến sự nhất trí về tính cá nhân ở con người và những gì tạo ra một nhân cách cá nhân là một trong những vấn đề thu hút nhất trong tâm lý học. Mô hình nhân cách mà chúng ta tán thành là yếu tố quyết định trong việc nhận thức về con người – cung cấp cho chúng ta suy nghĩ cơ bản về con người thực sự là thế nào. Cũng như với nhiều khía cạnh khác trong tâm lý học, không hề có lời đáp duy nhất – không có mô hình nào có khả năng giải thích mọi thứ về con người. Đúng ra, nhiều lý thuyết nhân cách khác nhau chấp nhận các mức độ giải thích khác nhau và tìm cách giải thích những đặc điểm khác nhau ở con người. Trong chương này, chúng ta sẽ nghiên cứu nhiều lý thuyết nhân cách khác nhau. Khi xem qua những lý thuyết này, bạn nên tự hỏi mình lý thuyết này phát biểu về con người thực sự là gì và những người ủng hộ lý thuyết này có suy nghĩ gì là câu hỏi quan trọng nhất về con người.

Cũng có nhiều vấn đề triết học, xuất hiện do nhiều lý thuyết nhân cách khác nhau. Một trong số này là vấn đề **thuyết quyết định.** Thuyết quyết định như chúng ta đã biết trong Chương 1 đề cập đến việc liệu con người có sự tự ý hay không. Nói chung, tất cả chúng ta cảm thấy như thể hành vi của mình do chính mình kiểm soát, nhưng đồng thời cũng nhận thấy chịu ảnh hưởng của các vấn đề khác. Vì thế diễn tả vấn đề bằng hình thức cực đoan: chúng ta có phải là những tác nhân tự do hay chỉ là bù nhìn của một số tác nhân bên ngoài?

Suy nghĩ theo thuyết quyết định trong lý thuyết nhân cách với nhiều hình thức khác nhau tùy thuộc điều được xét có phải là tác nhân gây ảnh hưởng hay tác nhân hay không. Vì thế nếu khảo sát thuyết quyết định, chúng ta cần phải: con người có được xem là có khả năng chọn lựa đúng nghĩa và hướng dẫn đời sống của riêng mình hay không? Hay sự chọn lựa theo lý thuyết này được xem là được quyết định trước trong một cách nào đó bởi tác động hay tác nhân nằm ngoài kiểm soát?

Vấn đề khác khi nghiên cứu lý thuyết nhân cách là vấn đề **giản hóa luận.** Giải thích hành vi con người theo giản hóa luận thường rất thịnh hành vì chúng có vẻ đơn giản, rất hấp dẫn, bao gồm nhiều lập luận rút gọn vấn đề đối tượng thành nhiều bộ phận cấu thành, khẳng định không có gì phải giải thích thêm nữa. Vì thế giải thích nhân cách con người theo giản hóa luận chẳng hạn nên tìm kiếm những đơn vị hay yếu tố cơ bản hình thành nhân cách và tất cả vấn đề là ở điểm này.

Tuy nhiên, như chúng ta đã biết trong Chương 1, cách giải thích giản hóa luận có những hạn chế đáng kể. Đơn cử việc tháo đồng hồ để tìm hiểu thành phần cho chúng ta biết nhiều về cơ khí chính xác nhưng không cho chúng ta biết đồng hồ đã làm gì khi nó đang hoạt động hay những ký hiệu trên mặt đồng hồ có nghĩa gì hay ý nghĩa của 12 giờ. Phải biết nhiều về tổng thể hơn là phân tích đơn giản các thành phần mặc dù việc tìm hiểu các bộ phận cũng có ít.

Chỉ nhận dạng các bộ phận thành phần không tự động tạo thành thuyết giản hóa luận: một hiện tượng bất kỳ sẽ có nhiều khía cạnh khác nhau, thay đổi từ ý nghĩa văn hóa, ý nghĩa cá nhân và thành phần. Nhưng một lý thuyết xem nhân cách *không có gì khác ngoài* thành phần, cho rằng một khi những thành phần này được định dạng thì không còn gì khác để giải thích nữa, là thuyết giản hóa luận – thường quá hạn chế đến mức không có nhiều giá trị trong việc tìm hiểu con người.

Ở cuối chương này, chúng ta nghiên cứu một số vấn đề chung phát sinh từ nghiên cứu nhân cách, nhưng hiện nay chúng ta khảo sát một số lý thuyết mà các nhà tâm lý học đề xuất.

LÝ THUYẾT NHÂN CÁCH BAN ĐẦU

Con người quan tâm đến nhân cách từ rất sớm. Hầu hết hiểu biết tâm lý học về lịch sử tâm lý học bắt nguồn từ truyền thống châu Âu, trong các nền văn hóa Hy Lạp và La Mã. Lý thuyết khác nhau về bản chất con người xuất hiện ở các nền văn hóa châu Á, Ấn Độ và châu Phi cổ đại nhưng không thừa nhận những thuyết này có nghĩa là chính các mô hình châu Âu ban đầu đã ảnh hưởng đến suy nghĩ của các nhà tâm lý học nhân cách.

Lĩnh vực nhân cách

Trong thế kỷ thứ 2 tr.CN, một thầy thuốc Hy Lạp tên Galen phác họa lý thuyết nhân cách phát biểu rằng chủ yếu có ba lĩnh vực chính trong tâm thần con người: lĩnh vực **nhận thức** hay hiểu biết, lĩnh vực **ý muốn** hay dự định và lĩnh vực **xúc động** hay cảm xúc. Mỗi lĩnh vực trong số này rất quan trọng trong chức năng hoạt động của con người: hình ảnh mà Galen sử dụng là người đánh xe ngựa với hai ngựa. Các lĩnh vực ý muốn và cảm xúc hình thành tác động định hướng hành vi con người, còn lĩnh vực nhận thức hướng dẫn, định hướng mở rộng những nỗ lực này. Vào các năm sau này, khi truyền thống theo thuyết hành vi hướng sự chú ý trong ngành tâm lý vào hành vi hơn là ý định thì lĩnh vực cảm xúc đổi tên lại thành lĩnh vực hành vi, và trong hình thức ấy sự phân biệt này ngày nay vẫn còn sử dụng trong lý thuyết về thái độ. Chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong Chương 17.

Lý thuyết chất dịch

Trong suốt thời kỳ Trung cổ, mô hình nhân cách con người phổ biến là lý thuyết chất dịch. Đây cũng là một trong những minh họa đầu tiên về **thuyết quyết định sinh lý** trong lý thuyết nhân cách – quan niệm cho rằng nhân cách được định hình bởi yếu tố sinh lý. Quan niệm vốn có trong lý thuyết này là cơ thể chứa đựng những chất dịch hay chất lỏng khác nhau, và các loại nhân cách khác nhau phát sinh từ một trong số 4 chất lỏng có nhiều nhất trong cơ thể như trong Khung 7.1, nhiều từ chúng ta vẫn còn sử dụng để mô tả tâm trạng hay nhân cách đều phát xuất từ lý thuyết này – thậm chí cách chúng ta sử dụng từ "chất dịch"!

Não tướng học

Một mô hình nhân cách đan xen, dần dần thay thế lý thuyết chất dịch và rất thịnh hành ở Anh và châu Âu là **não tướng học,** do Gall đề xuất vào đầu thế kỷ 19, về sau này được đồng nghiệp của ông là Spurzheim bổ sung, là quan niệm cho rằng suy nghĩ con người bao gồm nhiều "tính năng" khác nhau nằm ở các vùng cụ thể trong não. Những tính năng này phát triển cao hay thấp, chính giới hạn mà chúng phát triển sẽ quyết định liệu cá nhân có một đặc điểm nhân cách cụ thể hay không và ở mức độ nào.

Có ba loại tính năng suy nghĩ chính được mô tả trong lý thuyết của Gall: **tính năng cảm xúc** liên quan đến những phản ứng cảm xúc đối với người khác, chẳng hạn như "tính đa tình" (khuynh hướng hướng về tình thương yêu), tình cảm chẳng hạn như hi vọng hay kính trọng, và những khả năng nhận thức và khả năng phản ánh chẳng hạn như giai điệu âm nhạc, ngôn ngữ và tính nhạy cảm với các hình thức thị giác. Tổng cộng có khoảng 37 tính năng khác nhau, phân phối ở các vị trí khác nhau trong não (xem Hình 7.1). Gall cho rằng có thể phát biểu một tính năng bất kỳ phát triển cao đến mức nào bằng chỗ u và chỗ lõm vào trên bề mặt hộp sọ, và các nhà "não tướng học" thành thạo thậm chí còn được mời làm nhân chứng ở tòa!

Kiểu thân

Trong nửa đầu thế kỷ 20, sự chú ý chuyển sang **kiểu thân:** lý thuyết nhân cách trên cơ sở hình dáng cơ thể. Trong số một vài

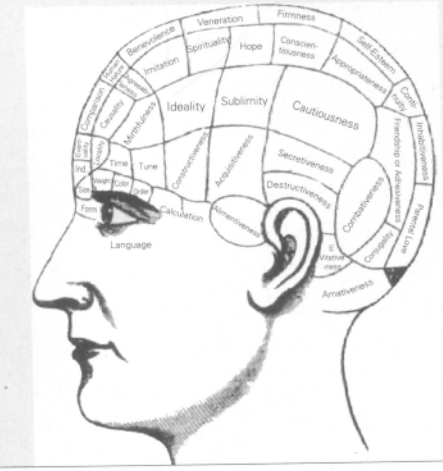
Khung 7.1 Chất dịch

Một trong những lý thuyết nhân cách đầu tiên có từ thời Hy Lạp cổ đại, rất thịnh hành ở châu Âu thời Trung cổ, là quan niệm cho rằng nhân cách tùy thuộc vào sự cân bằng các chất lỏng trong cơ thể. Quan niệm này cho rằng có bốn chất lượng cơ bản trong cơ thể: máu, đờm dãi, mật đen và mật vàng. Một số người có tỉ lệ chất lỏng này cao hơn chất lỏng khác, người ta nghĩ điều này tạo ra nhân cách khác nhau. Nhân cách vui vẻ, hoạt bát, sinh động được cho rằng ở người có tỉ lệ máu cao hơn trong khi những người có tỉ lệ đờm dãi cao hơn thường điềm tĩnh. Tỉ lệ mật đen cao tạo ra tính cách ưu sầu trong khi tỉ lệ mật vàng hay nước mắt cao hơn sẽ tạo ra tính cách nóng nảy, hấp tấp. Bốn loại nhân cách cơ bản này được nghĩ là để giải thích sự khác biệt về tính khí và nhân cách ở cá nhân.

Có những ám chỉ lý thuyết này trong vở kịch của Shakespeare – "Hamlet" là một nhân vật ưu sầu điển hình, và trong nhiều tác giả khác, kéo dài đến suốt thế kỷ 19. Chúng ta cũng biết lý thuyết này ảnh hưởng đến mức nào trong dấu vết nó để lại trong ngôn ngữ. Thậm chí nguồn gốc của từ "chất dịch", có nghĩa là tâm trạng, vì chất lỏng trong cơ thể được gọi là chất dịch. Nhiều nhân cách khác hay nhân cách liên kết với từ cũng phát xuất từ lý thuyết này: từ 'sanguine' mô tả đặc điểm của một người được cho rằng có lượng máu dư thừa, phát xuất từ tiếng Pháp *sang*, có nghĩa là 'máu' , và từ 'ruddy' ban đầu cũng có nghĩa tương tự. Hành vi cực đoan được tạo ra do quá phấn khích và đam mê được nghĩ bắt nguồn từ lượng máu dư thừa, và chính từ quan niệm này mới có việc trích máu.

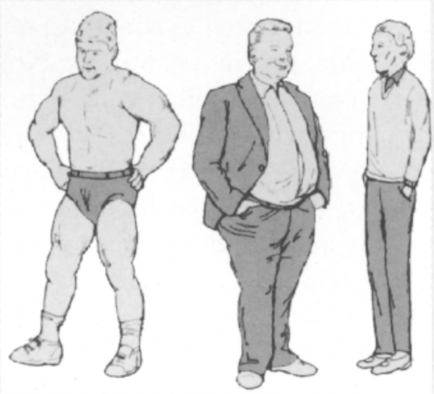
Cá nhân điềm tĩnh vẫn được mô tả là những người "nhiều đờm dãi" trong khi những người tính tình nóng nảy, không khoan dung vẫn được qui là "có nhiều mật vàng". Từ "melancholic" ban đầu ám chỉ cá nhân có nhiều mật đen và hiện nay vẫn được dùng để mô tả tâm trạng mà chất dịch này tạo ra. Chúng ta cũng thường qui cho một người ưu sầu là người mang tâm trạng "đen". Những từ và thành ngữ thông thường này trong ngôn ngữ của chúng ta cho thấy lý thuyết này phổ biến và nổi tiếng đến mức nào.

Hình 7.1 Hình vẽ phần đầu theo não tướng học


Veneration
Firmness
Benevolence
Spirituality
Hope
Conscien-tiousness
Self-Esteem
Imitation
Human Nature
Agreeableness
Appropriateness
Conti-nuity
Comparison
Causality
Ideality
Sublimity
Cautiousness
Mirthfulness
Eventuality
Locality
Friendship or Adhesiveness
Inhabitiveness
Time
Tune
Constructiveness
Acquisitiveness
Secretiveness
Ind.
Weight
Color
Size
Order
Destructiveness
Combativeness
Form
Calculation
Alimentiveness
Parental Love
Language
Conjugality
Vitativeness
Amativeness

lý thuyết như thế, nổi tiếng nhất là lý thuyết của Kretschmer (1925) và Sheldon (1954). Kretschmer cho rằng các chứng bệnh tâm thần cụ thể thường kết hợp với các hình dạng cơ thể cụ thể: bệnh tâm thần phân liệt thường nhận thấy ở những người ốm yếu, mảnh khảnh, còn gọi là loại "suy nhược". Loại "cổ to, bụng to, chân ngắn" rất có khả năng mắc bệnh tâm thần, hưng trầm cảm, trong khi Kretschmer quả quyết loại hình thể thứ ba, loại cơ bắp cuồn cuộn mà ông gọi là "lực sĩ" hiếm khi mắc bệnh tâm thần (Hình 7.2).

Hình 7.2 Ba kiểu thân



Sheldon (1942) tiến hành nghiên cứu bao gồm việc chụp ảnh hình dạng cơ thể của 4000 sinh viên, trong đó ban đầu ông phân loại họ theo loại cơ thể sau đó mới nghiên cứu sự tương quan tính tình. (Có một số tranh luận về việc làm này trong thập niên 1990 khi người ta phát hiện ảnh chụp tổng thống Mỹ Bill Clinton cùng phu nhân Hilary nằm trong số sinh viên chụp ảnh khi mặc đồ lót và âm bản bức ảnh này vẫn còn. Sheldon vẫn duy trì sự khác biệt cơ bản kiểu thân do Kretschmer phác họa, phân loại họ thành ectomorph (người ốm yếu gầy còm), mesomorph (người cơ bắp rắn chắc) và endomorph (người mập béo đẫy đà). Ông cho rằng người ốm yếu gầy còm có những tính tình nổi bật, nội quan ức chế, trong khi người mập béo đẫy đà thường vui vẻ, dễ chịu. Tuy nhiên, việc Sheldon tiến hành phân loại và phán đoán nhân cách có nghĩa là những kết quả này, mặc dù lấy từ mẫu cực kỳ lớn, nhưng vẫn đáng ngờ.

THUYẾT PHÂN TÂM HỌC

Lý thuyết nhân cách theo phân tâm học bắt nguồn từ công trình của Sigmund Freud vào nửa sau thế kỷ 19 và đầu thế kỷ 20, nhưng công trình của Freud được tiếp nối bằng nhiều công trình của nhiều người khác. Không như nghiên cứu và lý thuyết tâm lý học hiện đại, tiếp cận phân tâm học chấp nhận tiêu chuẩn phương pháp luận khác nhau. Nói chung, nhấn mạnh đến khái niệm "chân lý tâm lý học" – quan điểm cho rằng thực thể vật chất phần lớn không liên quan trong việc tìm hiểu tâm thần con người, vì phần lớn thực thể tâm lý học liên quan đến sự thực hiện ý muốn vô thức và trí nhớ kinh nghiệm trước đây. Do đó những gì được xem là chứng cứ trong lý thuyết phân tâm học khác với những gì được xem là chứng cứ trong phần tâm lý học còn lại.

FREUD

Freud phát triển lý thuyết của mình trong thế kỷ 19, chịu nhiều ảnh hưởng từ công trình nghiên cứu của Charcot ở Paris, người sử dụng thuật thôi miên để "điều trị" tâm lý đối với các chứng bệnh nan y không thể chữa khỏi bằng các cách chữa trị khác. Freud cũng chịu ảnh hưởng của một đồng nghiệp lớn tuổi hơn, Josef Breuer người chứng minh rằng một số triệu chứng trên cơ thể nghiêm trọng có thể thuyên giảm nếu bệnh nhân được phép trò chuyện thoải mái về bản thân và cuộc sống của mình (Breuer và Freud, 1895). Cả Charcot lẫn Breuer đều đặc biệt quan tâm đến chứng bệnh gọi là chứng cuồng loạn, trong đó các triệu chứng cơ thể nghiêm trọng thường rất đau đớn diễn ra chủ yếu ở phụ nữ nhưng không phát hiện được nguồn gốc. Lý thuyết phổ biến trong thời đại cho rằng chứng bệnh này bắt nguồn từ một căn bệnh ở tử cung (thuật ngữ 'hysteria' phản ánh điều này, có gốc ngôn ngữ tương tự với từ 'uterus'), nhưng thuyết của Freud trình bày một giải thích hoàn toàn khác.

Freud sử dụng những gì mà sau đó một số phương pháp rất mới là phương pháp **liên tưởng tự do** – phân tích những lời nói tình cờ thốt ra và giải thích ý nghĩa của giấc mơ – nhận biết các khía cạnh trong suy nghĩ tiềm thức. Chủ yếu Freud là người theo chủ nghĩa duy vật, cho dù khái niệm của ông về những gì là chứng cứ cụ thể tương đối khác với những gì được chấp nhận hiện nay. Vì điều này, ông cho rằng phản ứng thú vị và đôi khi không thể giải thích được từ những phương pháp này tạo ra chứng cứ cụ thể hoạt động của suy nghĩ trong tiềm thức, hoạt động theo cách hoàn toàn khác với suy nghĩ có ý thức.

Khi lý thuyết của ông phát triển, Freud phát biểu có hệ thống một mô hình suy nghĩ đang được xây dựng giống như một tảng băng, 4/5 tảng băng bị chìm dưới mặt nước. **Suy nghĩ ý thức** là phần tảng băng nổi trên bề mặt, có thể nhìn thấy và rất rõ đối với cá nhân. Phần tảng băng nằm ngay phía dưới mặt nước, đôi khi nhìn thấy do triều xuống triều lên là suy nghĩ **tiền ý thức**. Suy nghĩ này bao gồm suy nghĩ, ý kiến và niềm tin nhất thời bị quên lãng nhưng có thể phục hồi dễ dàng khi cần. Nhưng cũng có một phần lớn tảng băng chìm dưới nước, không nhìn thấy được, tượng trưng cho suy nghĩ **tiềm thức.** Suy nghĩ này bao gồm tất cả ý kiến và trí nhớ lẫn lộn, quan trọng về mặt xúc cảm, có ảnh hưởng tác động mạnh mặc dù không nhìn thấy đối với suy nghĩ ý thức và tiền ý thức (Freud, 1901).

Quan tâm về suy nghĩ tiềm thức thông thường không thể tiếp cận đến ý thức. Freud lập luận đơn giản bằng cách hỏi con người về sự lo âu hay động cơ thúc đẩy sâu hơn của họ vì những điều này nằm trong suy nghĩ tiềm thức, vì thế con người không thể mô tả chúng – và dần dần không biết gì về sự tồn tại của chúng. Nhưng những lo âu và động cơ thúc đẩy sâu này liên tục gây sức ép đối với suy nghĩ ý thức, có thể phát hiện trong một hình thức ngụy trang khi suy nghĩ ý thức lơi lỏng. Kỹ thuật liên tưởng tự do, phân tích giấc mơ và nghiên cứu chi tiết lời thốt ra tình cờ (lỡ lời), theo Freud, giúp biết được những quan tâm này, cung cấp chứng cứ cụ thể về nội dung của suy nghĩ tiềm thức.

Xung động bản năng, bản ngã và cái siêu ngã

Freud xem nhân cách người lớn có ba thành phần cơ bản: xung động bản năng, bản ngã và cái siêu ngã. Xung động bản năng và cái siêu ngã đều là tiềm thức nhưng gây sức ép đối với bản ngã, vốn là một bộ phận suy nghĩ tiếp xúc trực tiếp với thực tại. Theo Freud, một đứa trẻ chỉ có **xung động bản năng** – hai bộ phận nhân cách kia phát triển sau này. Xung động bản năng là bộ phận nguyên thủy, mang tính thôi thúc của nhân cách, yêu cầu phải thỏa mãn mọi nhu cầu ngay tức khắc. Nó không mang tính thực tế, ích kỷ hay đòi hỏi khắt khe hoạt động theo điều mà Freud mô tả là **nguyên tắc vui thú** – quan niệm cho rằng mọi thôi thúc phải được thỏa mãn ngay lập tức.

Khi trẻ lớn tuổi hơn, thực tại sẽ can thiệp. Nhu cầu cấp bách lúc còn trẻ nhường chỗ cho việc thừa nhận rằng một số việc là không thể thực hiện hay sẽ không xảy ra, và điều cần thiết là phải đánh giá để đạt được một ý muốn bất kỳ. Ở điểm này, trong mô hình của Freud, một bộ phận xung động bản năng phát triển đáp ứng nhu cầu thực tế của thế giới bên ngoài và cố gắng xoa dịu xung động bản năng bằng cách hứa hẹn với thực tế. Phần suy nghĩ này trở thành **bản ngã,** theo Freud, hoạt động theo **nguyên tắc thực tế,** cố cân bằng nhu cầu của suy nghĩ tiềm thức với những gì thực tế.

Khi lớn lên, trẻ sẽ gặp sự độc đoán. Điều quan trọng cần nhớ là Freud phát triển lý thuyết của mình trong triều đại Victor, kỷ luật khắt khe được áp dụng cho hầu hết tất cả trẻ em thuộc giai cấp trung lưu, người bố trong gia đình thường là một nhân vật lãnh đạm, thích kỷ luật (thiếu cấu trúc tình trạng phúc lợi có nghĩa là trẻ thuộc giai cấp lao động lớn lên hoàn toàn khác hẳn và sự phát triển của trẻ thực ra không được xét trong mô hình này). Đời sống của trẻ thuộc giai cấp trung lưu đang phát triển đầy ắp nguyên tắc, qui định và trách nhiệm thường do người bố độc đoán, nghiêm khắc áp đặt. Khi trẻ trưởng thành, những nguyên tắc này hội nhập vào nhân cách: đúng ra là nhân cách bên ngoài, trẻ phát triển một loại "người bố" tiềm thức, nội tâm hóa, chứa đựng những suy nghĩ khắt khe về tính đúng mực, trách nhiệm, lương tâm và nghĩa vụ. Điều này còn gọi là **cái siêu ngã.**

Theo cách riêng của mình, cái siêu ngã cũng không thực tế như xung động bản năng. Khi xung động bản năng thôi thúc và phản ứng quá mức, chẳng hạn phản ứng với cơn điên tiết giết người hơn là sự giận dữ thì cái siêu ngã yêu cầu hứa hẹn với những yêu cầu khắt khe nhất thậm chí bằng cái giá phải trả của cái tôi và sức khỏe. Vì thế, vai trò của bản ngã là phải duy trì sự cân bằng giữa những áp lực xung đột, cũng như luôn nhận biết nhu cầu thực tế. Theo Freud, bản ngã duy trì tình trạng **cân bằng động** giữa những áp lực khác nhau này – một loại hành động cân bằng, phân phối một ít cho một nguồn và sau đó bù trừ bằng cách phân phối một ít cho một nguồn khác.

Lúc ấy trong mô hình suy nghĩ của Freud, các bộ phận suy nghĩ tiềm thức liên tục cố gắng đột phá để chi phối ý thức nhưng bị bản ngã kìm hãm. Vì thế bản ngã trải qua ba nguồn đe dọa: nguồn đe dọa từ xung động bản năng, từ cái siêu ngã và từ chính thực tế. Để thích ứng

Bảng 7.1 Một số cơ chế phòng thủ bản ngã

Phủ nhận:	Khi suy nghĩ ý thức từ chối không nhận biết sự tồn tại của đe dọa tiềm năng, chẳng hạn như sống ở San Francisco và không suy nghĩ về khả năng xảy ra động đất nghiêm trọng vì ngụ ý của việc chọn suy nghĩ này mang tính chất đau buồn đến mức không thừa nhận.
Ức chế:	Khi một sự kiện trong quá khứ mang tính đau buồn sâu sắc đến mức trí nhớ về chúng phải được chôn vùi, con người không hồi tưởng về việc xảy ra sự kiện ấy, chẳng hạn như trong một số trường hợp lạm dụng trẻ em, người lớn không hồi tưởng ý thức về sự kiện, nhưng dù sao cũng bị sự kiện ấy ảnh hưởng rất nhiều.
Hồi qui:	Chuyển sang trạng thái ban đầu thường trong phản ứng trước sự thất vọng hay sự bất lực trong thích ứng, chẳng hạn như rơi nước mắt trong thời điểm khủng hoảng có thể là minh họa sự hồi qui trở về tình trạng lệ thuộc thời thơ ấu, khi hành vi như thế được trả lời bằng sự can thiệp của người lớn và làm cho sự việc tốt hơn.
Dự đoán:	Ngoại hiện hóa mong muốn, ước vọng hay cảm xúc tiềm thức bên trong đối với người khác, chẳng hạn như một ai đó trong tiềm thức nghĩ rằng mình có xu hướng tình dục đồng giới ẩn không thể nhận biết điều này có ý thức nhưng thể hiện thái độ sẵn sàng nghi ngờ người khác là tình dục đồng giới.

Hình thành phản ứng:	Nơi thôi thúc tiềm thức tác động mạnh bị ức chế mạnh đến nỗi cá nhân phản ứng chống lại nó bằng cách có thái độ thù địch sâu sắc đối với người khác bất kỳ biểu hiện sự thôi thúc tương tự. Minh họa cổ điển của điều này là ghét người đồng tính, cá nhân có thái độ thù địch đối với người tình dục đồng giới trong một hình thành phản ứng chống lại xu hướng tình dục đồng giới tiềm thức của riêng họ.
Nhận dạng tác nhân tấn công:	Nơi mâu thuẫn và giận dữ do tình trạng bất lực đối với tác nhân tấn công được thích ứng bằng một loại hình thành phản ứng trong đó cá nhân đi đến việc đồng nhất với cá nhân hay kiểu cách ấy. Minh họa cổ điển ở đây là minh họa nhân cách độc đoán, trong đó sự giận dữ của trẻ phản ứng đối với bố mẹ độc đoán, khắt khe bị ức chế mạnh đến mức chúng đi đến việc đồng nhất với bố mẹ ấy và hướng thái độ thù địch của mình vào các mục tiêu khác.

với những đe dọa này, phải sử dụng **cơ chế phòng thủ**. Một số cơ chế phòng thủ bản ngã chính do Freud phác họa được mô tả trong Bảng 7.1.

Kinh nghiệm ban đầu và nhân cách

Freud cho rằng nhân cách người lớn được ấn định do kinh nghiệm xảy ra lúc mới sinh và thời thơ ấu. Ông nhận thấy 5 năm đầu đời trong đời sống đứa trẻ là thời gian quyết định định hướng giới tính và các khía cạnh nhân cách khác. Một trong những khái niệm chính trong lĩnh vực này là khái niệm **gắn bó** – quan niệm cho rằng cá nhân bị "cản trở" trong một số giai đoạn phát triển ban đầu hơn là tiến bộ thông qua giai đoạn ấy và tiếp đến giai đoạn sau này.

Đối với Freud, sức mạnh tình dục, hay **kích thích gợi cảm** là tác động khẳng định chính đời sống trong tâm thần con người. Về sau này trong sự nghiệp nghiên cứu của ông, ông cũng mô tả một khuynh hướng tiêu cực, phá hủy đời sống trong tâm thần con người mà ông gọi là **trạng thái chết giả**, đặt thành định đề khi giải thích sự chém giết lẫn nhau trong Thế chiến I (Freud, 1920). Nhưng trong những năm đầu của lý thuyết, chính kích thích gợi cảm là quan trọng nhất và là nguồn của mọi kinh nghiệm vui thú.

Freud nghĩ rằng ở trẻ, kích thích gợi cảm tập trung ở miệng, và trẻ chỉ thỏa mãn nhiều nhất từ hoạt động của miệng: ở thời điểm này, trẻ tự động đưa bất cứ vật gì mới lạ vào miệng. Freud gọi đây là **giai đoạn miệng.** Vào thời điểm này, trẻ rất thích hoạt động bằng miệng, qua sự cai sữa có thể diễn ra quá sớm hay quá muộn, theo Freud sau này khi lớn lên sẽ trở thành người quan tâm quá mức đến sự kích thích bằng miệng. Họ có thể là người sành ăn, thưởng thức hương vị thức ăn hay hút thuốc hay luôn cắn bút chì, ngón tay, v.v...

Ngoài ra, tính chất vui thú mà trẻ trải qua trong giai đoạn miệng sẽ để lại một tác dụng kéo dài đối với nghiên cứu. Chủ yếu trẻ sẽ vui thú từ hai loại hoạt động: bú và nuốt hay cắn và nhai. Freud cho rằng những hoạt động này có ảnh hưởng kéo dài. Trẻ sẽ cực kỳ vui thú từ hoạt động bú, nuốt chắc chắn trở thành người cả tin hay đáng tin (rất có thể "nuốt" mọi câu chuyện), trong khi trẻ tìm thấy niềm vui ở hành động nhai, cắn sau này trở thành người hay chế nhạo hay công kích bằng lời.

Một khi trẻ được cai sữa thì kích thích gợi cảm chuyển sang hậu môn, trẻ bắt đầu tìm thấy niềm vui từ việc tiêu tiểu, gọi là **giai đoạn hậu môn**, và sự gắn bó với giai đoạn cũng tạo ra kết quả quan tâm quá mức đến chức năng sinh lý này trong đời sống về sau. Ngoài ra, nếu bố mẹ quá khắt khe trong việc rèn luyện cho con cách vệ sinh thì theo Freud sau này trẻ phát triển nhân cách **cầm giữ hậu môn.** Trẻ tìm cách nín giữ phân sau này khi lớn lên cứ bo bo giữ lấy tài sản sở hữu của mình, và phát triển thành kẻ hà tiện, hay trong tâm trí luôn nghĩ mình là người sưu tập ám ảnh. Nhưng nếu bố mẹ quá nhân hậu, thì trẻ **tống khứ hậu môn**, sau này khi lớn lên trở thành người rộng lượng, hay bố thí.

Có thể nhận thấy lý thuyết của Freud xem việc chăm sóc trẻ như con đường khúc khủyu: các bà mẹ phải đảm bảo rằng không dứt sữa con mình quá muộn hay quá sớm, và việc rèn trẻ đi vệ sinh phải được thực hiện đúng với độ tuổi, và v.v... Ngoài ra, người ta cho rằng nếu không làm được những việc này thì sẽ gây tổn thương kéo dài ở trẻ. Ehrenreich và English (1973) cho rằng khía cạnh này trong lý thuyết của Freud trình bày bước quan trọng đầu tiên trong việc tách người mẹ ra khỏi quá trình nuôi dưỡng con cái. Bằng việc tính toán thái độ lo âu cực đoan như thế, lý thuyết làm giảm giá trị thông lệ nuôi con truyền thống và khuyến khích sự can thiệp của "chuyên gia" bên ngoài: một sự phát triển sau cùng tạo ra cả một ngành công nghiệp gồm những chuyên gia nuôi con cũng như sự bôi nhọ có hệ thống hiểu biết của người mẹ truyền thống.

Nhận dạng vai trò giới tính

Ở độ tuổi lên năm, Freud cho rằng trẻ phải giải quyết nhận dạng giới tính. Ông cho rằng trẻ nam cũng tiến hành giải quyết như thế thông qua **xung đột Oedipal**. Dục tình lúc này trong **giai đoạn tượng dương vật**, tập trung vào cơ quan sinh dục ngoài, vào thời điểm này trẻ nam phát triển sự khao khát, thèm muốn chiếm hữu người mẹ của mình trong tiềm thức. Tuy nhiên, người bố là kình địch trong tình yêu của trẻ đối với người mẹ, to lớn hơn và quyền thế hơn trẻ rất nhiều. Theo Freud điều này có nghĩa là trẻ phát triển **sự lo âu bị thiến** trong tiềm thức – lo ngại rằng người bố sẽ giải quyết cuộc cạnh tranh bằng những biện pháp quyết liệt này.

Vì đời sống có sự lo âu không thể chấp nhận được như thế, nên trẻ phải giải quyết theo cách nào đó, qua cơ chế phòng thủ cái tôi còn gọi là nhận dạng với tác nhân tấn công. Tác động tiềm thức trên nguyên tắc người bố có thể có thái độ thù địch đối với trẻ ít hơn nếu ông ta xem trẻ như một đồng minh, trẻ làm nổi bật nét giống nhau với người bố, và cố gắng trở thành "con đực", càng giống bố càng tốt. Bằng cách này, trẻ đi đến việc tiếp nhận vai trò giới tính của mình, và phải nhận dạng như một nam giới.

Trái lại, bé gái được cho rằng hiểu (theo tiềm thức) rằng mình sinh ra không có dương vật và phát triển **sự thèm muốn dương vật**. Theo Freud, điều này sau cùng được giải quyết bằng mong muốn sinh con cho bố mình – trẻ có vật thay thế dương vật. Có nhiều tranh cãi về việc liệu Freud có ám chỉ khái niệm này theo nghĩa đen hay sử dụng tượng trưng cho sự không có quyền lực của phụ nữ trong xã hội Victory hay không. Vấn đề cũng đặt ra là có bao nhiêu bé gái được cho là có được nhận thức như thế trong một thời kỳ khi trẻ thuộc giai cấp trung lưu khi tắm cũng được mặc váy lót để cho người khác không thể nhìn thấy thân thể – chứ đừng nói đến thân thể của bất kỳ người nào khác!

Các nhà lý thuyết phân tâm học sau này bổ sung quan điểm **xung đột** Electra, trong đó bé gái được chó rằng xem chính mình là người bị hoạn trong tiềm thức. Bé gái đổ lỗi cho mẹ mình vì điều này, tạo ra xung đột tương tự với xung đột của trẻ nam với bố: người mẹ to lớn hơn và có sức mạnh nhiều hơn, vì thế cũng là mối đe dọa. Bé gái giải quyết sự lo âu và gây hấn tiềm thức phát sinh từ xung đột này bằng cách đồng nhất với người mẹ và làm nổi bật nữ tính của mình.

Sau khi giải quyết xong xung đột Oedipal, Freud cho rằng dục tính phân tán đều khắp cơ thể và trẻ bước vào **giai đoạn phát triển cá tính** kéo dài cho đến tuổi dậy thì. Ở tuổi dậy thì, dục tính lần nữa lại tập trung vào cơ quan sinh dục, trẻ bước vào **giai đoạn sinh dục** trong thời kỳ này tìm kiếm sự thỏa mãn trong mối quan hệ với người khác phái.

Những giải thích sự phát triển nhân cách này thực ra không bị ảnh hưởng bởi sự phát triển tâm lý thông thường, vì điều được xem là chứng cứ thì rất khác biệt trong chứng cứ thực nghiệm thông thường trong tâm lý học. Mặc dù một số nhà tâm lý học xem chúng như khả năng hiểu biết hữu dụng, nhưng số khác lại xem chứng cứ ấy chẳng qua chỉ là câu chuyện ít nhiều kém trau chuốt hơn. Chẳng hạn, Champness (1980), trong một bài viết đáng chú ý, cho thấy cũng có thể sử dụng những hình thức lập luận này để hình thành một lý thuyết kinh nghiệm ban đầu trên cơ sở quan điểm "cắt dây rốn" – cắt dây rốn lúc mới sinh.

Tính phản bác

Một trong những như tiêu chuẩn của một lý thuyết khoa học do Popper (1959) nhận dạng là có thể tán thành hay phản bác bằng sự thu thập chứng cứ cụ thể có hệ thống. Eysenck (1985) chứng minh rằng theo nghĩa cụ thể, có vẻ ít có chứng cứ đối với lý thuyết phân tâm học. Nhưng khái niệm "chân lý tâm lý học" có nghĩa là có nhiều tiêu chuẩn khác nhau đang được hầu hết những người ủng hộ áp dụng: Kline (1984) bênh vực lý thuyết của Freud qua việc thu thập dữ liệu khác nhau trong sự công kích lý thuyết của Eysenck.

Vấn đề khác trong việc cố áp dụng tiêu chuẩn phản bác là lập luận phân tâm học thường có khuynh hướng vòng quanh. Cố gắng bác bỏ giải thích phân tâm học thường được các nhà phân tâm học xem là phản ứng bảo vệ, với cái tôi của người phê bình bênh vực cho chính mình chống lại sự đe dọa tâm lý khi chấp nhận lý thuyết tâm lý học bằng cách phủ nhận tính giá trị của chính lý thuyết. Với tính logic vòng quanh này, không phải bao giờ cũng phản bác tiếp cận được.

Phương pháp luận của Freud

Có những thiếu sót khác trong lý thuyết phân tâm học. Một trong những thiếu sót này thuộc về phương pháp luận, trong đó giấc mơ hay sự lỡ lời được xem là biểu thị cho sự thực hiện ước muốn trong tiềm thức. Như chúng ta đã biết, Freud là một người duy vật, xem điều này là chứng cứ rõ ràng trong hoạt động suy nghĩ tiềm thức. Nhưng một nhà tâm lý học hiện đại thường ít tin tưởng vào những biểu thị này. Freud cũng tin rằng những khía cạnh khác nhau trong nhân cách mà ông mô tả có nguồn gốc sinh học khác nhau, và đây chỉ là vấn đề thời gian trước khi nghiên cứu sinh lý mới cho biết về chất nền xung động bản năng, bản ngã và cái siêu ngã. Một trăm năm sau, bức tranh này trông có vẻ khác.

Chỉ trích khác đối với lý thuyết của Freud là việc lấy mẫu phụ nữ với số lượng quá hạn chế, và lý thuyết của ông chỉ dựa vào một trẻ duy nhất. Chỉ trích này có hai khía cạnh. Thứ nhất là quan điểm cho rằng khái quát hóa từ một mẫu hạn chế như thế có nghĩa là mẫu này không thể xem là mẫu của toàn dân số. Chỉ trích này mờ nhạt, vì các trường hợp riêng biệt đôi khi cung cấp khả năng hiểu biết đặc biệt những nguyên tắc mang tính chung hơn, những người ủng hộ Freud cho rằng những trường hợp này về sau cũng được nhiều người khác ủng hộ.

Điều quan trọng hơn là mặc dù mẫu nghiên cứu được lấy hạn chế như thế nhưng liên quan đến một xã hội cụ thể, và mẫu khách hàng của Freud rất khác với người "thường". Khi Freud nghiên cứu ký ức ban đầu của nữ khách hàng, đầu tiên ông kết luận tình cờ gặp chứng cứ lạm dụng tình dục rộng khắp, vì phần lớn trong số này đều có ký ức đau buồn bị bố mình lạm dụng tình dục. Qua các đồng nghiệp làm cho ông tin rằng kết luận của mình không đúng, và trong mọi trường hợp công bố sẽ khiến dư luận xôn xao. Mặc dù có lẽ ông đối mặt với tai tiếng nếu ông hoàn toàn chắc chắn, thì Freud biết rằng khách hàng của ông có trí nhớ không đúng, và sau cùng cũng giúp ông nhận thấy thực ra không có chuyện lạm dụng xảy ra.

Do đó, ông tìm những giải thích khác đối với sự đau buồn của khách hàng, và đi đến kết luận rằng nếu những biến cố không xảy ra thì phải thể hiện một số hình thức thực hiện ước muốn trong tiềm thức. Chứng cứ gần đây về nạn lạm dụng tình dục thịnh hành cho thấy giải thích ban đầu của Freud có phần đúng, ngày nay điều hợp lý hơn khi cho rằng những khách hàng ấy thực sự đã bị bố lạm dụng tình dục. Trong mọi trường hợp, không nhất thiết phải gợi ra sự thực hiện ước muốn trong tiềm thức như một lời giải thích trí nhớ mang nhiều cảm xúc.

Đặc trưng văn hóa

Freud chắc chắn là người tìm kiếm chân lý: ông nghĩ rằng mình đã tìm thấy hiểu biết đáng giá về nhân cách con người. Nhưng thực thể tâm lý mà ông tìm cách giải thích mang nét đặc trưng văn hóa nhiều hơn ông nhận biết. Chẳng hạn, trong xã hội Victor, cái chết là một sự kiện phổ biến, thường được mọi người bàn đến nhưng tình dục không hề được nhắc đến, trong khi trong xã hội chúng ta thực tế diễn ra ngược lại. Lý thuyết của Freud nhấn mạnh hoạt động tình dục là một hoạt động tiềm thức quan trọng nhưng có thể hoạt động này phản ánh sự cấm đoán của xã hội trong thời điểm ấy chứ không phải là sự thật phổ biến về nhân tính.

Dĩ nhiên, điều này không có nghĩa rằng toàn bộ lý thuyết Freud đều bị phủ nhận. Khái niệm cơ chế phòng thủ bản ngã chẳng hạn là một bộ phận của lý thuyết Freud rất hữu ích trong tâm lý liệu pháp cũng như có thể áp dụng cho các mô hình nhân cách khác, nhưng cũng có nghĩa rằng nhiều nhà tâm lý học hiện đại (mặc dù không phải là tất cả) đều xem lý thuyết phân tâm học bằng thái độ hoài nghi nhất định.

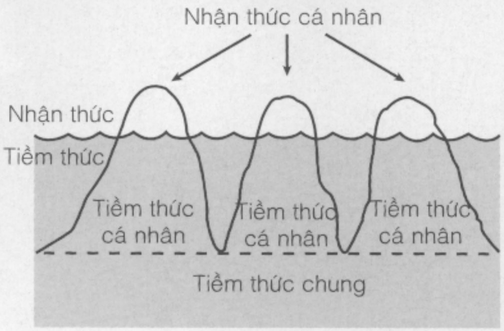
Học trò và đồng nghiệp của Freud phát triển nhiều hình thức lý thuyết phân tâm học khác. Do khuôn khổ sách có hạn nên không thể đề cập hết, vì thế trong chương này chúng tôi chỉ khảo sát hai lý thuyết nhân cách theo trường phái phân tâm học của Carl Gustav Jung và Erich Fromm.

JUNG

Jung là một nhà tâm lý học người Thụy Sĩ đôi lúc cùng nghiên cứu với Freud – thực ra, trong nhiều năm, Freud xem Jung là học trò có nhiều hứa hẹn nhất của mình. Thế nhưng, Jung rời bỏ nhóm của Freud, do sự bất đồng với Freud về ý nghĩa quan trọng của hoạt động tình dục, đề xuất lý thuyết của riêng mình về nhân cách.

Giống như Freud, Jung xem dục tình là sức mạnh cơ bản của mọi thú vui và động cơ thúc đẩy. Tuy nhiên, không giống như Freud, Jung xem khái niệm dục tình như một tác động đời sống không phải tình dục xoay quanh kinh nghiệm khẳng định đời sống huyền bí và lo ngại tôn giáo cũng như hoạt động tình dục. Trong khi chấp nhận mô hình nhận thức, tiền nhận thức và tiềm thức của Freud thì Jung cũng tin rằng có một mức độ cao hơn đối với suy nghĩ tiềm thức, mà ông gọi là **tiềm**

Hình 7.3: Mô hình suy nghĩ của Jung



thức chung. Phép ẩn dụ minh họa mà ông sử dụng là một dải các hòn đảo, có vẻ tách rời, riêng biệt nhưng thực ra liên kết với nhau ở cùng một độ sâu (xem Hình 7.3). Jung nghĩ mức tiềm thức sâu nhất có ở mọi người, có từ thời tổ tiên nguyên thủy của chúng ta. Mặc dù đôi lúc mức tiềm thức này gọi là tiềm thức "chủng tộc", nhưng chính Jung bao hàm tất cả thành viên thuộc chủng loài người khi sử dụng thuật ngữ chứ không phải một nhóm phụ.

Phát triển tình dục

Jung phác họa ba giai đoạn phát triển tình dục, khác hẳn với phác họa của Freud. Giai đoạn thứ nhất là **giai đoạn tiền tình dục,** kéo dài từ lúc mới sinh cho đến khi trẻ được 5 tuổi. Jung lập luận trong giai đoạn này trẻ chủ yếu quan tâm đến dinh dưỡng và tăng trưởng – trái ngược với lý thuyết của Freud. Trong khi Jung chấp nhận khái niệm xung đột Oedip, ông xem vấn đề trên cơ sở tình thương đối với người mẹ cho ăn, và chỉ phát triển những ngụ ý tình dục về sau này, trong giai đoạn phát triển tình dục thứ hai. Phức hợp hoạn đối với Jung chỉ mang tính tượng trưng hơn là theo nghĩa đen, miêu tả sự từ bỏ nguyện vọng và ước muốn của trẻ khi trẻ trưởng thành.

Giai đoạn phát triển tình dục thứ hai được Jung phác họa là **giai đoạn tiền dậy thì,** kéo dài từ 5 tuổi đến tuổi dậy thì. Jung lập luận, giai đoạn này hình thành một khởi đầu hoạt động tình dục thực sự, lại lần nữa hoàn toàn trái ngược với quan điểm của Freud xem trẻ thuộc về giai đoạn phát triển cá tính ở độ tuổi này. Giai đoạn phát triển tình dục thứ ba là **trưởng thành**, từ tuổi dậy thì kéo dài đến suốt tuổi trưởng thành.

Tính đồng thời

Jung nghĩ rằng một sự kiện hay tình huống nào đó tác động đến các dây xuyên qua mọi mức độ nhận thức của chúng ta. Khi điều này xảy ra, những sự việc này tác động đến chúng ta mang ý nghĩa hay có tầm quan trọng sâu sắc – nhiều hơn những tình huống cụ thể. Ông gọi điều này là **tính đồng thời.** Jung lập luận điều đang diễn ra trong những trường hợp này là sự kiện hay tình huống nối kết với một điều gì đó nằm trong tiềm thức chung – một biểu tượng hay ý nghĩa quan trọng mà chúng ta không nhận biết.

Minh họa nổi tiếng nhất là điều mà ông mô tả **kiểu gốc (kiểu nguyên thủy):** hình ảnh tác động mạnh, thường xảy ra, có vẻ quan trọng hơn thể hiện cụ thể của nó. Minh họa cổ điển của kiểu gốc có thể là khái niệm về "người mẹ" hay về biển, hay mặt trời. Jung cho rằng những kiểu gốc này là những kiểu tượng trưng có thể tìm thấy trong tất cả các câu chuyện hoang đường của con người, và trong tất cả những chuyện hoang đường này chúng có ý nghĩa sâu sắc. Jung lập luận lý do giải thích tại sao chúng phổ biến như thế là do có cội rễ ăn sâu trong tiềm thức chung ở hình thức phân tử, tác động mạnh. Một số minh họa kiểu gốc được Jung nhận dạng bao gồm: mẹ đất, bố toàn năng, biển cả tượng trưng cho sự tái sinh, tượng trưng cho bào thai nguyên thủy, biểu tượng được gọi là mandala (hình tròn tượng trưng cho tôn giáo vũ trụ) tượng trưng cho mặt trời hay sự phát triển, v.v…

Jung cho rằng lý do giải thích tại sao chúng ta phản ứng mạnh với những đối tượng như biển chẳng hạn là do tính đồng thời. Sự liên kết giữa kinh nghiệm nhận thức và tiềm thức chung có nghĩa rằng chúng ta không chỉ bắt gặp những hiện tượng này theo thực chất mà là những tượng trưng cho kiểu gốc có cội rễ sâu. Chúng ta không chỉ xem biển là nơi có nhiều nước văng tung tóe, thay vào đó chúng ta trải qua phản ứng cảm xúc tác động rất mạnh đối với biển, vì biển tác động đến sợi dây đồng thời với kiểu gốc cơ bản nằm sâu trong tiềm thức chung.

Mô hình nhân cách của Jung

Chính Jung là người đầu tiên đưa ra mô tả về con người mang tính "hướng ngoại" hay "hướng nội" hiện nay rất thịnh hành trong tâm lý học. Ông sử dụng những mô tả này như những mô tả chung về **cá tính** – tên ông đặt cho nhân cách hướng ngoại mà con người thể hiện trong sự tương tác hàng ngày. Ông lập luận rằng một số người có bản tính dễ hòa đồng hơn người khác và tỏ ra dễ chịu nhất khi tương tác với người khác. Jung gọi những người này là mang tính hướng ngoại. Những người khác bản tính kém hòa đồng hơn, thích nhóm của riêng mình hơn, ông mô tả là người mang tính hướng nội. Khái niệm hướng ngoại – hướng nội được nhiều người chấp nhận trong tâm lý học, mặc dù ở các nhà tâm lý học hiện đại cũng có một số câu hỏi về tính nhất quán của những loại hình này: con người cư xử khác nhau trong những tình huống khác nhau, một số tỏ ra hướng ngoại trong một loại tình huống này có thể hành động mang tính hướng nội trong trường hợp khác.

Đối với Jung, điều đó không quan trọng đối với những người được qui là có tính tình ổn định vì ông xem cá tính phản ứng đối với những nhu cầu tình huống cũng như xu hướng chung. Ngoài ra, Jung xem suy nghĩ tiềm thức như hình ảnh phản ánh nhận thức. Chẳng hạn một người có cá tính hướng ngoại cũng có tiềm thức hướng nội. Ông cho rằng mọi cá thể đều có "cái tôi bên trong" đối lập còn gọi là **bản ngã cá nhân** vốn là nam tính ở phái nữ và nữ tính ở phái nam. Tất cả chúng ta đều có những mặt đối lập trong cái tôi của chính mình, vì thế một người nhút nhát lại dũng cảm trong tiềm thức và một người cương quyết lại mềm yếu trong tiềm thức, và v.v...

Jung xem nhân cách mang tính phức tạp, đa dạng, bao gồm những khía cạnh liên quan đến trực giác, cảm xúc, suy nghĩ và tính chủ tâm. Đặc điểm nhân cách mà Jung mô tả được một số người kế thừa của Jung áp dụng để đưa ra dấu chỉ báo loại nhân cách và một trắc nghiệm nhân cách rất phổ biến, **dấu chỉ báo loại Myers-Briggs (MBTI)** được phát triển trên cơ sở này. Nhưng Jung không xem đó là những tính tình cố định, mà chỉ xem là những dấu chỉ báo tính khí tiềm năng. Ông nghĩ điều quan trọng là con người có khả năng phát triển những khía cạnh nhân cách khác nhau ngang bằng nhau và phù hợp với nhau. Nếu sự phát triển nhân cách không ngang bằng, chỉ phát triển một khía cạnh nhân cách này và ngăn chặn khía cạnh nhân cách khác thì sẽ tạo ra xung đột tác động thần kinh.

Giải pháp cho những xung đột này là đưa cá nhân tiếp xúc với tiềm thức chung, có tác dụng chữa bệnh, phục hồi tình trạng tâm lý nguyên vẹn của cá thể. Vì tiềm thức chung là sự liên kết với quá khứ nguyên thủy, điều này có nghĩa Jung xem quá trình **hồi qui** là một quá trình thích nghi, hữu ích, chứ không phải là một cơ cấu phòng thủ thích nghi kém như trong lý thuyết của Freud. Quá trình liệu pháp của Jung được xem là một việc làm hợp tác giữa người điều trị và bệnh nhân, cả hai cùng tìm hiểu tiềm thức chung và giúp làm lộ ra ý tưởng, đồng bộ với kinh nghiệm hàng ngày cho đến khi phục hồi sự hài hòa tâm lý.

FROMM

Erich Fromm cũng là một lý thuyết gia phân tâm học, nhưng khác với Freud và Jung ở chỗ ông mô tả xã hội và các yếu tố xã hội. Cả Freud lẫn Jung cho rằng sự phát triển nhân cách một phần là do kết quả của sự trưởng thành, một phần là do sự tương tác với các thành viên trong gia đình. Fromm xem trọng sự phát triển cá nhân và gia đình, nhưng cũng bao gồm cả xã hội nữa, ông xem xã hội là yếu tố thứ ba trong việc hình thành nhân cách.

Cá nhân, gia đình và xã hội

Fromm cho rằng có mối quan hệ biện chứng giữa cá nhân, gia đình và xã hội rộng hơn, tương tác với nhau và ảnh hưởng lẫn nhau. Chẳng hạn, ông xem mối quan hệ cá nhân mang tính quyết định trong sự phát triển nhân cách trong khi cùng lúc những mối quan hệ cá nhân này chịu tác động của những yếu tố xã hội, kinh tế rộng hơn. Mặt khác, Fromm xem những thay đổi rộng hơn ở bình diện xã hội, kinh tế là do nỗ lực của cá nhân.

Theo Fromm, nhân cách phát sinh trong bối cảnh kinh tế, xã hội của riêng nó, và được bối cảnh này định hình. Thái độ, giá trị và quan điểm của một người thường nhất quán và được giai cấp xã hội và nền tảng gia đình định hình, nhưng không phải mang tính quyết định hoàn toàn. Thái độ, giá trị và quan điểm không tĩnh tại mà thay đổi qua thời gian, kết quả cả xã hội lẫn cá nhân sẽ khác nhau. Một câu nói thịnh hành *'It steam-engines when it's steam-engine time'*, nói cách khác, người phát minh và phát triển động cơ hơi nước là những nhân vật mang đặc điểm của thời đại và phát triển quan điểm của mình trong bối cảnh xã hội ấy. Những xã hội khác tạo ra những loại nhân vật khác và chính họ được nỗ lực của những con người ấy định hình.

Nhân cách sản sinh

Tuy nhiên điều này không có nghĩa rằng nhân cách hoàn toàn cố định và không đổi. Fromm nghĩ rằng con người có khả năng thay đổi chính mình cũng như thay đổi mối quan hệ gia đình hình thành nhân cách của họ. Mục tiêu thay đổi như thế là điều mà ông mô tả là **nhân cách sản sinh.** Theo Fromm, những người có nhân cách sản sinh đánh giá chính mình và người khác ở chỗ họ làm được gì, có tính sáng tạo và yêu thương, có nội tâm thanh thản và an toàn, kiểm soát tránh sự cô độc và xa lánh bằng cách yêu thương người khác và thông qua việc làm sáng tạo. Họ thường cởi mở, đón nhận ý kiến mới và mối quan hệ mới, không dè dặt trong khi tiếp cận với người khác. Theo Fromm đây là hình thức lý tưởng, sự định hướng nhân cách duy nhất trong đó con người thụ hưởng sự tự do thật sự.

Định hướng nhân cách tiêu cực

Fromm cho rằng thời thơ ấu tích cực sẽ hình thành nhân cách sản sinh nhưng mối quan hệ gia đình, tác động kinh tế và yếu tố tương tự thường phối hợp để hình thành sự định hướng nhân cách tiêu cực hơn. Fromm mô tả bốn nhân cách tiêu cực này: nhân cách tiếp nhận, nhân cách khai thác, nhân cách đầu cơ và nhân cách tiếp thị.

Nhân cách tiếp nhận, trong lý thuyết của Fromm, là những người thường cho rằng tất cả mọi điều tốt đều bắt nguồn từ bên ngoài - bên ngoài chính mình – thái độ vô hại, yêu thương sẽ giúp họ có đời sống tích cực. Những người như thế thường có khuynh hướng phụ thuộc lẫn nhau – Fromm mô tả họ như những người "khổ dâm" trong tiếp cận. Họ có khuynh hướng thể hiện lòng trung thành và thái độ tận tụy thái quá, đối với người khác hay một loại tổ chức nào đó, họ thường tránh sự tự quyết bằng cách chuyển hết mọi trách nhiệm cho một nguồn bên ngoài.

Nhân cách khai thác, trái lại xem thế giới theo nghĩa cạnh tranh, ganh đua, "ăn miếng trả miếng", tìm thấy sự thỏa mãn khi kiểm soát hay vượt trội hơn người khác. Fromm mô tả họ là những người "ác dâm" trong tiếp cận, xem thường những người mà họ thấy kém hơn mình, ít đồng cảm đối với người khác. Ông mô tả họ thường là những người đầy tham vọng, dám nghĩ dám làm, khát vọng thống trị và muốn thành công.

Nhân cách đầu cơ, theo Fromm thường là những người thu thập điên cuồng, khư khư giữ lấy những gì mình có, đến mức họ rất bảo thủ trong việc chấp nhận quan điểm mới hay đồng cảm với người khác. Họ ít tin tưởng vào bất cứ điều gì mới, xem sự an toàn cá nhân trên cơ sở đầu cơ và để dành những gì mình đã sở hữu. Thật thú vị, Fromm cho rằng người thuộc loại này thường mang tính phá hoại, vì khuynh hướng thống trị của họ là muốn kiểm soát đời sống, con người và sự vật. Phá hoại là một cách để có được sự kiểm soát ấy.

Nhân cách tiếp thị, theo mô hình của Fromm liên quan đến hình ảnh và phong cách, có khuynh hướng đánh giá giá trị cá nhân theo nghĩa thành công xã hội. Nếu họ không được mến mộ hay nổi tiếng, thì cảm thấy mình vô dụng, không thích hợp, vì thế họ dành nhiều thời gian để duy trì bản thân như những mặt hàng được nhiều người thèm muốn, có thể bằng cách tán thành quan điểm hợp thời hay trở thành một nguồn tiêu khiển. Fromm cho rằng những người như thế thường có khuynh hướng rất tuân thủ xu thế xã hội thịnh hành – họ nghĩ mình sẽ bị rủi ro nếu có thái độ không hợp thời.

Cá nhân trong xã hội

Fromm cho rằng mỗi loại nhân cách không sản sinh này đều mang tính điển hình của một loại xã hội nhất định. Trong khi mỗi xã hội hình thành một số cá nhân của mỗi loại thì sự tương tác giữa nhân cách và xã hội có nghĩa rằng trong một xã hội cụ thể bất kỳ, một số loại chắc chắn thịnh hành hơn một số loại khác. Chẳng hạn loại hình nhân cách tiếp nhận đặc biệt phổ biến trong xã hội phong kiến hay nô lệ trong khi nhân cách khai thác là điển hình của một xã hội thực dân hay tư bản chủ nghĩa mới. Nhân cách đầu cơ là điển hình của xã hội độc đoán còn nhân cách tiếp thị là điển hình của xã hội tiêu dùng. Nhưng vì xã hội phức tạp, gia đình đều khác nhau nên mọi loại định hướng nhân cách đều có thể trong một xã hội hiện đại.

Một phần quan trọng trong lý thuyết của Fromm là sự phân biệt giữa nhân tính và thú tính. Fromm xem cơ thể sống chỉ có một thú tính cũng như ở một bản tính với thế giới tự nhiên. Nhưng con người có một khía cạnh khác, tách biệt họ với tự nhiên – họ có thể đứng một bên và nhận xét bản thân mình trong mối quan hệ với phần thế giới còn lại. Theo Fromm, một khi cơ thể sống được phú cho hiểu biết như thế, thì chắc chắn sẽ tách biệt với tự nhiên và những động vật khác. Ở góc độ tích cực, sự tách biệt này mang đến chúng ta sự tự do, nhưng cũng làm chúng ta cô độc, vì thế có tiềm năng bị xa lánh và cô độc.

Tự do và độc lập bắt nguồn từ nhân tính giúp chúng ta vươn đến những tầm cao mới trong thành tựu sáng tạo. Fromm lập luận, nếu nghiên cứu xã hội chúng ta nhận thấy con người thận trọng từ bỏ quyền tập ấm lúc mới sinh. Bằng cách tự nguyện đặt mình và khuôn phép tuân thủ một số người hay tổ chức khác, thì họ không còn hành động độc lập nữa. Chẳng hạn, những người gia nhập đảng Quốc xã Đức trước Thế chiến II đều thận trọng từ bỏ tự do và quyền suy nghĩ tự chủ của bản thân để đi theo lãnh tụ của mình. Đây là một minh họa duy nhất – minh họa tương tự cũng áp dụng cho những người hoàn toàn đồng nhất hay những người mù quáng trung thành với lãnh tụ tôn giáo. Fromm xem điều này phát xuất từ **thái độ e ngại tự do**. Ông cho rằng tự do bao gồm một sự cô độc và cách biệt nhất định: hành động tự chủ và tự ra quyết định là một trách nhiêm khủng khiếp mà ở một số người không muốn có.

Có lẽ thiếu sót trong lý thuyết của Fromm là việc giải thích nhân cách sản sinh. Có vẻ như ông không quan tâm đến vấn đề công việc sáng tạo đơn thuần không phải là một tùy chọn cho mọi người. Lý thuyết của ông được mô tả như một định hướng của giai cấp trung lưu, theo kiểu California. Ông mơ hồ về nhân cách sản sinh, có vẻ cho rằng sự tự thực hiện hoàn toàn phát xuất từ "cảm nghĩ tốt" về bản thân. Tuy nhiên có thể cho rằng một số nhân cách sản sinh trong xã hội dường như phải có lý tưởng xã hội rộng mà họ hướng đến hơn là chỉ diễn đạt bản thân. Nhưng lý thuyết của Fromm nêu ra điểm quan trọng rằng nhân cách không phát sinh trong chân không mà liên kết mật thiết với xã hội đã hình thành nhân cách ấy.

THUYẾT ĐẶC ĐIỂM NHÂN CÁCH

Một tập hợp lý thuyết nhân cách hoàn toàn khác hẳn liên quan đến việc nhận dạng và xác định số lượng **đặc điểm nhân cách** phân biệt. Những thuyết này đôi lúc được gọi là **thuyết đo nghiệm tâm thần**, vì nhấn mạnh đến việc đánh giá nhân cách bằng trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần. Trong phần này, chúng ta xét đến ba thuyết đặc điểm nhân cách: do Eysenck và Cattell phát triển, và gần đây hơn là mô hình nhân cách "5 yếu tố".

THUYẾT NHÂN CÁCH CỦA EYSENCK

Eysenck phát triển thuyết nhân cách cho rằng những khía cạnh dễ phân biệt nhất trong nhân cách con người có thể gồm thành hai nhóm đặc điểm chính, và những đặc điểm này có thể được đánh giá hiệu quả khi áp dụng trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần. Tiếp cận của Eysenck phần lớn theo lập trường **thuyết bẩm sinh** xem nhân cách hầu hết phát xuất từ những khuynh hướng sinh lý di truyền, ảnh hưởng môi trường chỉ đóng một phần không quan trọng. Chính Eysenck khẳng định mình theo thuyết hành vi, nhưng cách sử dụng thuật ngữ của ông khác hẳn với hầu hết mọi người. Khẳng định theo thuyết hành vi của ông phần lớn dựa vào việc ông chú ý lấy mẫu hành vi thay vì ý kiến và thái độ qua các bản câu hỏi nhân cách chứ không phải quan tâm đến việc tập quen kích thích – phản ứng.

Phát triển mô hình của Eysenck

Eysenck phát triển thuyết nhân cách của mình bằng việc biên soạn một loạt các câu hỏi về hành vi. Ông ứng dụng những bản câu hỏi này cho 700 binh sĩ đang được điều trị chứng rối loạn tâm thần ở bệnh viện Maudsley, London. Eysenck (1947) phát hiện câu trả lời có vẻ liên kết với nhau rất tự nhiên, cho rằng có nhiều đặc điểm nhân cách khác nhau được phát hiện qua câu trả lời của binh sĩ. Ông gọi những nhân cách này là đặc điểm nhân cách cấp một, bao gồm những loại hành vi như tính bốc đồng, lo âu và không khoan dung.

Sau đó Eysenck áp dụng kỹ thuật thống kê còn gọi là **phân tích yếu tố** đối với binh sĩ. Phương pháp này tìm kiếm những xu hướng chung trong dữ liệu chứng minh rằng đặc điểm nhân cách cấp một có vẻ tập hợp thành hai nhóm chính. Eysenck lập luận rằng những nhóm này ngụ ý có hai khía cạnh nhân cách chính làm nền tảng cho dữ liệu mà ông gọi là đặc điểm nhân cách cấp hai hay đôi khi là khía cạnh nhân cách.

Hướng nội – hướng ngoại

Một trong hai khía cạnh nhân cách mà Eysenck nhận dạng liên quan đến tính dễ hòa đồng hay không hòa đồng. Lời đáp cho những câu hỏi này cũng có vẻ liên kết với lời đáp cho câu hỏi về tính bốc đồng, đón nhận rủi ro và tìm kiếm kích thích. Eysenck cho rằng khía cạnh nhân cách làm nền tảng cho tập hợp đặc điểm này là số lượng kích thích mà cá nhân cần đến. Ông đặt tên khía cạnh **hướng nội – hướng ngoại**, thuật ngữ ban đầu do Jung phát triển để mô tả những người lãnh đạm, tự mãn (người hướng nội) hay thân mật, thoải mái, hòa đồng (người hướng ngoại).

Eysenck cho rằng khía cạnh hướng nội – hướng ngoại có nền tảng sinh lý. Ông cho rằng điều này xảy ra là do sự khác biệt về di truyền ở cá thể trong một phần bộ não còn gọi là **hệ thống kích hoạt dạng lưới (RAS)**, chúng ta sẽ nghiên cứu trong Chương 10. Hệ thống kích hoạt dạng lưới hoạt động như một cơ chế "chuyển đổi" chung đối với các vùng rộng trên vỏ não – là một bộ phận của não liên quan đến suy nghĩ và chú ý cùng với những hoạt động khác. Hệ thống kích hoạt dạng lưới có thể hoạt động theo cách kích thích, kích thích hoạt động của não hay hoạt động theo cách ức chế, có nghĩa là hoạt động của tế bào não bị ngăn chặn.

Eysenck cho rằng người hướng nội thừa hưởng một hệ thần kinh hướng về sự kích thích hơn là ức chế, có nghĩa là thông tin đến có khuynh hướng kích thích nhiều tế bào não hơn, và sự kích thích không tan biến quá nhanh chóng. Kết quả là người hướng nội không cần kích thích nhiều hơn để duy trì mức độ hoạt động tối ưu của não, vì hoạt động thần kinh do một loạt các kích thích ở những người này kéo dài hơn so với người khác. Trái lại, người hướng ngoại thừa hưởng một hệ thần kinh có khuynh hướng tạo ra các phản ứng ức chế, có nghĩa là họ cần kích thích nhiều hơn người hướng nội mới đạt được cùng một chức năng hoạt động của não.

Kết quả của những khác biệt sinh lý này, theo Eysenck, là người hướng ngoại mau nhàm chán hơn, có khuynh hướng tìm những nguồn kích thích mới lạ, họ thích tiếp xúc với người khác vì người khác tượng trưng cho một nguồn kích thích luôn thay đổi. Trái lại, người hướng nội tỏ ra hạnh phúc hơn với mức độ kích thích kém căng thẳng hơn: người hướng nội cảm thấy hạnh phúc khi đọc sách vào buổi chiều trong khi người hướng ngoại cứ luôn hiếu động, cảm thấy nhàm chán.

Eysenck cho rằng sự khác biệt sinh lý giữa người hướng nội và người hướng ngoại cũng ảnh hưởng đến mức độ sẵn sàng biến đổi theo điều kiện ngoại cảnh của cá thể đối với một kích thích cụ thể. Ở đây ông đang đề cập đến quá trình **biến đổi do điều kiện ngoại cảnh cổ điển**, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong Chương 21, trong thời điểm năm 1947 (khi Eysenck phát triển lý thuyết này) tỏ ra hợp lý khi làm cơ sở cho mọi kiến thức. Biến đổi do điều kiện ngoại cảnh cổ điển bao gồm việc hình thành những sự liên tưởng đã tập quen, tự động giữa kích thích và phản ứng. Theo Eysenck, người hướng nội sẽ biến đổi trước một kích thích dễ hơn người hướng ngoại vì lượng hoạt động thần kinh bổ sung do kích thích tạo ra lúc đầu. Một khi điều kiện biến đổi ngoại cảnh được hình thành thì nó sẽ kéo dài rất lâu. Trái lại người hướng ngoại kém sẵn sàng hơn trong việc hình thành những liên tưởng mới giữa kích thích và phản ứng, theo Eysenck, biến đổi chậm hơn. Do đó cũng biến mất tương đối dễ hơn.

Có nhiều chứng cứ thực nghiệm ủng hộ lý thuyết này. Chẳng hạn, Harkins và Green (1975) nhận thấy người hướng nội dường như giỏi hơn người hướng ngoại trong các công việc nhàm chán cần phải thận trọng kéo dài: người hướng ngoại khó tập trung trong thời gian dài. Lời giải thích là người hướng nội duy trì mức hoạt động chức năng tối ưu ở vỏ não dễ hơn trong điều kiện kích thích hạn chế. Nhưng những kết quả này không hẳn là chứng cứ phân biệt mức độ hoạt động khác nhau ở vỏ não: có thể đơn thuần là do người hướng ngoại không chú ý và nhàm chán vì thói quen trước đây: vì họ đã từng tiếp xúc với người khác và có nhiều sự việc đang diễn tiến nên nhận thấy khó điều chỉnh một công việc chỉ cần tập trung ít phút.

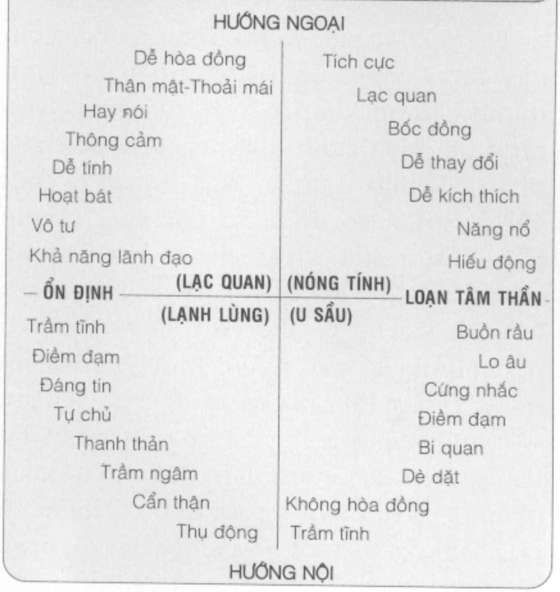
Tính tác động thần kinh – tính ổn định

Yếu tố nhân cách cấp hai khác hay khía cạnh nhân cách được Eysenck nhận dạng (1947) là yếu tố có vẻ phát sinh từ việc gom thành nhóm các đặc điểm cấp một bao gồm sự lo âu, thái độ thù địch và một đặc điểm mà Eysenck gọi là hypochondriasis, là tính nhạy cảm với các chứng ốm đau "thần kinh" như đau đầu hay hoảng hốt. Eysenck mô tả khía cạnh nhân cách này là **tính tác động – tính ổn định**, cũng như hướng nội – hướng ngoại, ông xem khía cạnh này có cơ sở sinh học.

Tính tác động thần kinh, theo Eysenck là một chức năng thuộc loại hệ thần kinh tự chủ mà cá nhân kế thừa. Hệ thần kinh tự chủ, chúng ta sẽ khảo sát ở Chương 13, liên quan đến phản ứng của cơ thể khi gặp sự kiện căng thẳng hay khủng khiếp: một phần của hệ thần kinh bị kích hoạt nếu chúng ta bị đe dọa hay giận dữ, trong khi phần khác trong tình trạng điềm tĩnh, thanh thản. Eysenck cho rằng cá nhân loạn thần kinh có hệ thần kinh tự chủ rất dễ bị kích hoạt. Điều này có nghĩa họ rất nhạy với kích thích cảnh báo hay căng thẳng. Trái lại, người tâm tính ổn định phải mất nhiều thời giờ hơn để phản ứng đối với sự kiện cảnh báo hay căng thẳng, ở mức độ yếu. Vì thế cá nhân loạn thần kinh dễ lo âu hơn, bị các chứng ốm đau "thần kinh" tác động đến nhiều hơn, và phản ứng quá mức trước sự đe dọa nhiều hơn cá nhân tâm tính bình thản.

Eysenck cho rằng nếu kết hợp với nhau, hai khía cạnh hướng ngoại và tính tác động thần kinh có thể giải thích cho nhiều đặc điểm nhân cách khác nhau. Các khía cạnh mang tính trực giao với nhau – nói cách khác, chúng hoàn toàn độc lập, và có thể minh họa gặp nhau ở các góc vuông trên một đồ thị. Lý thuyết đôi khi trình bày như một lý thuyết nhân cách vì khi bốn góc của một đồ thị như thế được xét đến thì có vẻ như phác họa bốn "chất dịch nhân cách" cơ bản chúng ta đã khảo sát ở phần đầu "Hình 7.4". Nhưng thực ra có nhiều điểm giữa trên mỗi thang điểm đến mức chỉ có người nào đạt được điểm số cao nhất mới được xem là phù hợp trong bốn "loại". Hầu hết mọi người, trong thang điểm này có khuynh hướng nằm ở điểm giữa – một vấn đề quan trọng chúng ta sẽ quay trở lại.

Hình 7.4 Mô hình nhân cách của Eysenck


HƯỚNG NGOẠI
Dễ hòa đồng
Thân mật-Thoải mái
Hay nói
Thông cảm
Dễ tính
Hoạt bát
Vô tư
Khả năng lãnh đạo
Tích cực
Lạc quan
Bốc đồng
Dễ thay đổi
Dễ kích thích
Năng nổ
Hiếu động
ỔN ĐỊNH
(LẠC QUAN)
(NÓNG TÍNH)
LOẠN TÂM THẦN
(LẠNH LÙNG)
(U SẦU)
Trầm tĩnh
Điềm đạm
Đáng tin
Tự chủ
Thanh thản
Trầm ngâm
Cẩn thận
Thụ động
Buồn rầu
Lo âu
Cứng nhắc
Điềm đạm
Bi quan
Dè dặt
Không hòa đồng
Trầm tĩnh
HƯỚNG NỘI

Loạn tâm thần

Trong những năm sau này, Eysenck và Eysenck (1976) bổ sung vào mô hình một khía cạnh nhân cách thứ ba, mặc dù khía cạnh này khác với hai khía cạnh khác. Khía cạnh thứ ba được gọi là **loạn tâm thần**, liên quan đến tính sẵn sàng tuân thủ nguyên tắc xã hội và hành động theo cách xã hội quy ước ở cá nhân. Eysenck cũng cho rằng những người có điểm cao trong thang điểm loạn tâm thần có lượng nội tiết tố androgen cao hơn người bình thường (được cho là có điểm số thấp hơn), nhưng quan điểm này dường như không có nhiều chứng cứ thực nghiệm chứng minh.

Điểm khác biệt chính trong thang điểm này là có vẻ không được phân bố bình thường trong khắp dân số. Eysenck cho rằng hai khía cạnh nhân cách khác được phân bố bình thường: mặc dù có lẽ một vài cá nhân có điểm số cực cao, nhưng hầu hết người khác chỉ ở điểm lưng chừng. Theo *Tóm tắt nhân cách* Eysenck mỗi khía cạnh có thể có điểm số 24, có nghĩa là đa số mọi người thường có điểm số từ 9 đến 15, càng về cuối thang điểm, số người càng giảm. Nhưng sự phân bố thang điểm loạn tâm thần hoàn toàn khác nhau, hầu hết mọi người đều có điểm số rất thấp, chỉ có một vài người đạt điểm số cao hơn, chẳng hạn 6 so với 24.

Có nhiều ý kiến chỉ trích lý thuyết của Eysenck. Một trong số này là tính thích hợp khi áp dụng những kỹ thuật phân tích tinh vi như **phân tích yếu tố** vào dữ liệu mà sau cùng chỉ bao gồm những câu trả lời "có" hay "không". Cũng có một số vấn đề như liệu thang điểm này có thể tin cậy lâu dài qua nhiều năm hay không. Hệ số tin cậy ngắn hạn rất tốt theo nghĩa chúng cung cấp cách đánh giá không đổi nếu dùng để đánh giá cùng một người qua nhiều tuần hay tháng. Nhưng qua nhiều năm thì kết quả không chắc chắn. Dĩ nhiên Eysenck nghĩ rằng những thang điểm này về dài hạn sẽ không đổi là vì ông tin rằng đặc điểm có nguồn gốc sinh học di truyền. Như chúng ta chứng kiến ở phần cuối chương này, các nhà tâm lý học khác chọn một quan điểm khác về cách phát triển và thay đổi trong đời sống con người. Nhưng mô hình nhân cách cơ bản, ít nhất "bỏ qua phần bổ sung thang độ loạn tâm thần sau này" có vẻ không vững chắc trong nhiều tình huống thực nghiệm.

CATTELL

Giống như Eysenck, Cattell phát triển lý thuyết mô tả nhân cách theo nghĩa đặc điểm không đổi, đánh giá bằng tóm tắt nhân cách. Tuy nhiên, lý thuyết của Cattell khác với lý thuyết của Eysenck ở hai khía cạnh quan trọng: số đặc điểm mà ông xem là phù hợp để mô tả nhân cách và nguồn dữ liệu nhận dạng đặc điểm.

Phát triển mô hình của Cattell

Khi dữ liệu ban đầu của Eysenck bao gồm bản câu hỏi phát cho nhân viên phục vụ trong bệnh viện, Cattell thu thập dữ liệu về nhiều người hơn, từ ba nguồn khác nhau. Một loại dữ liệu gọi là **dữ liệu L**. L tượng trưng cho hồ sơ cuộc đời, bao gồm những thông tin như trình độ văn hóa của cá nhân, ghi chép sự vắng mặt của họ trong công việc và những dấu chỉ báo nhân cách khác. Những dữ liệu này phần lớn rút ra từ nhận xét và từ việc tham khảo hồ sơ chính thức.

Loại dữ liệu thứ hai gọi là **dữ liệu Q**. Có được dữ liệu này bằng cách yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá nhân cách cũng như hành vi của riêng mình, bằng cách điền vào bảng câu hỏi. Vì thế dữ liệu Q là dữ liệu trong bảng câu hỏi cung cấp thông tin cá nhân về chính cá nhân ấy. Loại dữ liệu thứ ba mà Cattell sử dụng như nguồn dữ liệu cho mô hình nhân cách của mình là **dữ liệu T.** Dữ liệu T bao gồm việc sử dụng các trắc nghiệm khách quan, trong đó người tham gia trả lời câu hỏi nhưng không giống câu hỏi trong dữ liệu Q, họ không biết câu hỏi đã cho đánh giá khía cạnh nhân cách nào, hay toàn bộ trắc nghiệm nói chung.

Cattell phân tích thông tin mà ông thu được từ nguồn dữ liệu L và dữ liệu T sử dụng kỹ thuật thống kê gọi là phân tích yếu tố. Trong trường hợp này, phân tích bao gồm việc so sánh các đôi đánh giá khác nhau thu được ở mỗi cá nhân trong nghiên cứu và tìm cách nhận dạng mối quan hệ giữa các đôi. Phân tích mỗi đôi đánh giá sau đó được phân tích chi tiết sao cho phát hiện được điểm số tương quan mật thiết lẫn nhau đến mức nào.

Cattell lập luận rằng nếu hai cách đánh giá chứng minh có sự tương quan cao thì có thể chúng đánh giá những khía cạnh nhân cách liên quan. Cách này rất giống với cách Eysenck nhận dạng đặc điểm nhân cách cấp một và cấp hai.

Đặc điểm nguồn và đặc điểm bề mặt

Cattell đi đến kết luận cho rằng có hai loại đặc điểm nhân cách. Một loại đặc điểm nhân cách rất dễ thấy, người khác nhận dạng dễ dàng. Cattell gọi đặc điểm này là **đặc điểm bề mặt.** Loại đặc điểm nhân cách thứ hai khó nhận thấy hơn, có vẻ làm nền tảng cho nhiều khía cạnh khác nhau trong hành vi cá nhân. Cattell gọi những đặc điểm này là **đặc điểm nguồn**. Trong hai đặc điểm, Cattell xem đặc điểm nguồn quan trọng hơn đặc điểm bề mặt khi mô tả nhân cách cá nhân, cho dù hầu hết mọi người chắc chắn lưu ý đặc điểm bề mặt trước tiên.

Sau khi nhận dạng đặc điểm bề mặt và đặc điểm nguồn từ dữ liệu L và T, phần thứ hai trong chiến lược nghiên cứu của Cattell là phải chứng minh rằng các yếu tố so sánh cũng được nhận dạng từ dữ liệu Q. Bằng cách so sánh kết quả dữ liệu Q ở cùng cá nhân với điểm số đặc điểm thu được từ dữ liệu L và T, sau cùng Cattell kết luận rằng cần 16 đặc điểm nhân cách chính để tạo ra một mô tả nhân cách thích hợp chứ không phải một hay hai. Ông cho rằng điều này ngụ ý trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần cung cấp **mô tả nhân cách sơ lược**, cung cấp một bức tranh toàn diện hơn về cá nhân hơn là một vài điểm số số học.

Trắc nghiệm *16 PF* của Cattell

Sử dụng những chứng cứ này làm cơ sở lý thuyết cho mình, Cattell đi đến việc phát triển một trắc nghiệm nhân cách đánh giá 16 yếu tố nhân cách mà ông nhận dạng. Trắc nghiệm mà ông phát triển là 16 Tóm tắt yếu tố nhân cách, ngày nay gọi là 16 PF: khía cạnh nhân cách được nhận dạng từ dữ liệu L hình thành cơ sở ban đầu gồm 12 khoản trong trắc nghiệm 16 PF, bốn khía cạnh khác được bổ sung do sự mở rộng bao gồm dữ liệu Q. Tên đặt cho mỗi yếu tố phản ánh nguồn gốc của mỗi đặc điểm. Các đặc điểm được mô tả trong Bảng 7.2 cũng cung cấp cơ sở hình thành một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần nổi tiếng khác: **Trắc nghiệm nhân cách đa giai đoạn** Minnesota **Multiphasic Personality Test** hay **MMPT.**

Cattell cho rằng 16 yếu tố nhân cách cung cấp một "bức tranh" về một người theo nghĩa đặc điểm chung nhưng một bức tranh như thế không nên xem là mô tả nhân cách hoàn chỉnh. Ông cho rằng mọi người cũng thể hiện một số đặc điểm đặc biệt, không thể đánh giá được khi sử dụng trắc nghiệm nhân cách. Vì thế mô tả nhân cách sơ lược luôn đi kèm với mô tả riêng biệt những đặc điểm đặc biệt của cá nhân, nếu bức tranh là phải hình thành một mô tả toàn diện về nhân cách của một người nào đó.

Bảng 7.2 16 đặc điểm nhân cách của Cattell

Dè dặt	A	Thân mật và thoải mái
Kém thông minh	B	Thông minh hơn
Tác động bởi cảm xúc	C	Ổn định cảm xúc
Dễ bảo	E	Chi phối
Nghiêm túc	F	Vô tư
Thiết thực	G	Chu đáo
Nhút nhát	H	Cả gan, phiêu lưu
Cứng rắn	I	Nhạy cảm
Đáng tin	L	Hoài nghi
Thực tế	M	Hay tưởng tượng
Thẳng thắn	N	Ranh mãnh
Tin tưởng	O	E sợ
Bảo thủ	Q1	Thử nghiệm
Lệ thuộc nhóm	Q2	Tự mãn
Không tự chủ	Q3	Tự chủ
Thanh thản	Q4	Căng thẳng

Một số nhà nghiên cứu cho rằng đánh giá trắc nghiệm của Cattell phần lớn dựa trên cơ sở trực giác từ dữ liệu khá hạn chế. Họ cho rằng mô hình đánh giá quá cao sự khái quát từ dữ liệu: đặc điểm chỉ mang tính giả tạo bề ngoài, không biện minh cho một biện pháp đánh giá dài rộng mà Cattell dự định. Nhưng mặt khác, Cattell lấy từ nhiều nguồn dữ liệu khác nhau để phát biểu mô hình của mình thành hệ thống, ở mức độ nào đó có vẻ mô hình của ông cung cấp một mô tả nhân cách chính xác hơn lý thuyết của Eysenck chẳng hạn. Bằng việc hình thành khái niệm mô tả nhân cách sơ lược như mô tả thích hợp hơn là sự phân loại "theo loại" đơn giản, Cattell mở ra con đường đánh giá nhân cách đo nghiệm tâm thần chi tiết hơn cũng như nhiều khía cạnh khác của hành vi con người.

"5 YẾU TỐ THIẾT THỰC"

Khi kỹ thuật đo nghiệm tâm thần đánh giá nhân cách phát triển, các nhà tâm lý học khác bắt đầu nghiên cứu vô số đặc điểm khác và phát triển kỹ thuật đánh giá chúng. Có hơn 50 đặc điểm nhân cách được nhận dạng theo cách này. Số lượng nhiều đến mức sau cùng các nhà nghiên cứu cảm thấy cần phải xác lập một số nền tảng chung bằng việc nghiên cứu yếu tố cấp hai làm cơ sở cho các nhóm đặc điểm. Năm 1963, Norman mô tả cách phối hợp đặc điểm nhân cách khác nhau do các nhà lý thuyết nhân cách nhận dạng thành một mô hình đơn giản hơn, có thể sử dụng nhiều hơn.

Bằng việc áp dụng phân tích yếu tố đối với kết quả trắc nghiệm nhân cách khác nhau, Norman kết luận rằng những đặc điểm khác nhau đang được đánh giá có thể gom thành 5 yếu tố cơ bản: (1) **tính bề mặt** (một đặc điểm giống với tính hướng ngoại nhưng rộng hơn đánh giá của Eysenck), (2) **tính ổn định cảm xúc** (tương tự với tính tác động thần kinh nhưng cũng rộng hơn), (3) **tính thích hợp** (bao gồm cách đánh giá tính hào phóng, tính cố chấp, thích chỉ trích, v.v... (4) **sự tận tâm** (bao gồm liệu một người có làm việc chăm chỉ, lơ đễnh, thiếu trật tự, đáng tin cậy, v.v... hay không), và (5) **văn hóa** (bao gồm mức độ hiếu kỳ, sáng tạo, thông minh, nhận thức và khả năng hiểu biết). Norman cho rằng tất cả những đặc điểm nhân cách được đánh giá sử dụng trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần đều rơi vào một nhóm này hay nhóm khác thuộc số này.

Các nhà nghiên cứu khác cũng đang nghiên cứu cách gom đặc điểm nhân cách thành nhóm. Năm 1976, Costa và McCrae phác họa một mô hình nhân cách mà họ đặt tên là **mô hình NEO**. Những chữ viết tắt tóm tắt ba yếu tố nhân cách chính mà họ xem là cần thiết đối với một mô tả nhân cách phù hợp: N tượng trưng cho tính tác động thần kinh, E – tính hướng ngoại (cả hai được Eysenck đề cập đến nhiều), một khía cạnh O bổ sung tượng trưng cho sự thẳng thắn đối với kinh nghiệm. Costa và McCrae cho rằng yếu tố "thẳng thắn" tự tiết lộ mình qua một số trắc nghiệm khác nhau, lâu đời, như thang điểm "chủ nghĩa giáo điều" của Rokeach (1960), chúng ta sẽ khảo sát ở cuối chương này, hay thang điểm "quan tâm nghệ thuật" của Holland (1966).

Tuy nhiên, năm 1985 hai nhà nghiên cứu công bố một luận văn khác mô tả cách họ nhận thấy là cần thiết khi bổ sung vào mô hình của mình thêm hai khía cạnh cơ bản nữa, tổng cộng có đến 5 yếu tố nhân cách. McCrae và Costa (1985) nhận thấy từ việc phân tích yếu tố của thang điểm 16 PF và các thang điểm nhân cách khác, mô hình NEO của họ hoàn toàn không giải thích cho việc đánh giá ý thức, sức mạnh của cái siêu ngã hay sự kiên trì. Do đó họ cho rằng cần phải có một khía cạnh khác, họ đặt tên là **kiểm soát.**

Cũng trong luận văn ấy, họ đề cập mô hình 4 yếu tố của mình thích hợp với mô hình 5 yếu tố của Norman, và kết luận rằng chúng rất giống nhau – thực ra, có lẽ họ đánh giá các khía cạnh cơ bản như nhau. Một khác biệt là mô hình của họ không bao hàm sự đánh giá "tính thích hợp". McCrae và Costa cho rằng điều này có thể là do thang điểm nhân cách mà họ phân tích không bao hàm cách đánh giá dứt khoát về hành vi liên quan đến khía cạnh này. Khi họ đưa vào một số thang điểm đánh giá hành vi này trong phân tích thì nhận thấy có vẻ như không cần hình thành yếu tố nhân cách thứ 5, vốn không thích hợp với bất kỳ yếu tố nào trong số 4 yếu tố còn lại.

5 yếu tố này nổi bật từ phân tích chung về đặc điểm nhân cách khác nhau thường xuyên đến mức người ta gọi đó là **năm yếu tố thiết thực.** Chẳng hạn Noller, Law và Comrey (1987) so sánh câu trả lời trắc nghiệm với 16 PF của Cattell, thang điểm nhân cách Comrey, và Tóm tắt nhân cách Eysenck, và cũng nhận thấy rằng các khoản tập hợp thành 5 yếu tố cơ bản. Nghiên cứu khác cũng cho kết quả tương tự. Thật thú vị, mặc dù 5 yếu tố được nhận dạng trong các nghiên cứu khác nhau luôn giống nhau nhưng không giống hệt nhau. Một số nhà nghiên cứu (chẳng hạn Digman và Inouye, 1986) mô tả một yếu tố cơ bản "ý chí" hay "quả quyết" thay vì "ý thức" hay "kiểm soát", trong khi người khác tranh luận về việc liệu "văn hóa", "thẳng thắn đối với kinh nghiệm" hay "tìm kiếm cảm giác" có phải là những yếu tố khác nhau hay giống nhau (chẳng hạn xem Zuckerman, Kuhlman và Camac, 1988).

Năm 1985, Eysenck, Barrett và Eysenck cho rằng yếu tố "văn hóa" của Norman xuất hiện như một khía cạnh quan trọng chỉ khi nào trắc nghiệm những người tham gia nghiên cứu phần lớn từ bối cảnh học thuật. Khi trắc nghiệm nhân cách được áp dụng vào đời thực thì họ cho rằng "văn hóa" không mang vẻ của một yếu tố quan trọng cần phân biệt. Tuy nhiên, McCrae và Costa (1985) không thừa nhận quan điểm này, cho rằng khía cạnh "văn hóa" không chỉ là những mưu cầu nghệ thuật của giai cấp trung lưu như Eysenck ngụ ý, mà đúng ra đây là một loại hỗn hợp giữa khía cạnh "thẳng thắn đối với kinh nghiệm" và trí năng. Nếu tất cả những khoản phải làm với kỹ năng trí tuệ hay trí năng được tách ra khỏi cách đánh giá yếu tố "văn hóa" theo McCrae và Costa lập luận, kết quả sẽ là một khía cạnh hoàn toàn giống hệt với "thẳng thắn đối với kinh nghiệm". Họ khẳng định, vì lý do này, trí năng nên được xem là một kỹ năng tâm thần riêng biệt chứ không phải là một khía cạnh nhân cách – có thể mặc dù nó ảnh hưởng đến đặc điểm nhân cách khác thể hiện trong hành vi của cá nhân.

Tính khí

Như chúng ta đã biết, không có sự nhất trí tuyệt đối về 5 yếu tố được xem là cơ bản đối với nhân cách. Nhưng có vẻ chứng cứ thường gặp cho thấy những khoản khác nhau trong trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần đều có thể gom thành 5 nhóm. Tần số xuất hiện của chứng cứ này cho thấy 5 nhóm này có thể thuộc vào một số khác nhau cơ bản về tính khí giữa cá nhân, thậm chí những khác nhau này tự chúng thể hiện theo nhiều cách khác nhau trong hành vi con người.

Claridge (1988) cho rằng việc nghiên cứu **tính khí** cơ bản về lâu dài có thể hữu ích hơn việc cố gắng nhận dạng đặc điểm nhân cách cố định. Một trong những lý do giải thích điều này là vì đặc điểm chịu tác động mạnh của kinh nghiệm xã hội trong suốt đời sống. Mọi bé sơ sinh đều có tính khí khác nhau và phản ứng theo cách của riêng mình. Sau đó, những khác biệt ban đầu này do kinh nghiệm định hình và sửa đổi – bao gồm mong đợi của người khác như chúng ta chứng kiến trong các chương sau. Điều này có nghĩa tính khí cơ bản khác nhau là nguyên nhân khiến cho người lớn có những đặc điểm nhân cách bề mặt giống nhau.

THUYẾT HÀNH VI VÀ HÀNH VI XÃ HỘI

Một nhóm lý thuyết nhân cách khác xem nhân cách phần lớn là kết quả của sự tập quen. Những lý thuyết này thay đổi từ thuyết kích thích – phản ứng theo thuyết hành vi cực đoan, xem nhân cách đơn thuần là kết quả của vô số các lần biến đổi do điều kiện ngoại cảnh mà trẻ tiếp nhận qua đời sống, cho đến lý thuyết ý thức xã hội và hành vi xã hội phức tạp hơn, xem kinh nghiệm xã hội là yếu tố quan trọng quyết định nhân cách.

NHÂN CÁCH THEO THUYẾT HÀNH VI

Như chúng ta đã biết trong Chương I thuyết hành vi là một trường phái tư tưởng được phát triển trên cơ sở thuyết liên tưởng của Locke, cho rằng hành vi con người bao gồm sự phối hợp những liên tưởng được tập quen, phối hợp thành những khoanh lớn hơn. Giống như Locke, người sáng lập thuyết hành vi, J.B. Watson, cho rằng đầu óc của trẻ là một *tabula rasa* khi mới sinh – một tờ giấy trắng chờ kinh nghiệm viết lên. Watson khẳng định nhân cách là kết quả của những kinh nghiệm ấy, trong phần trích dẫn ở Chương I chúng ta nhận thấy ông tin rằng mọi đứa trẻ đều có thể trưởng thành với một nghề nghiệp bất kỳ miễn là đứa trẻ ấy có được môi trường và kích thích phù hợp. Theo Watson, nhân cách hình thành tổng số các liên tưởng kích thích – phản ứng được tập quen mà cá nhân phát triển qua sự tương tác với môi trường. Những liên tưởng này có thể phát xuất từ nhiều nguồn khác nhau, cố ý hay vô tình.

B.F. Skinner (1972) chấp nhận một tiếp cận nhân cách tương tự, mặc dù cơ chế tập quen nền tảng mà ông nhận dạng có khác. Chứ không phải là biến đổi do ngoại cảnh cổ điển xảy ra phần lớn thông qua sự liên tưởng kích thích – phản ứng lặp đi lặp lại, Skinner xem việc tập quen phần lớn diễn ra thông qua **luật kết quả** – nguyên lý cho rằng hành động có kết quả thú vị chắc chắn được lặp đi lặp lại nhiều lần hơn (xem Chương 18). Ông lập luận điều này có nghĩa là cá nhân liên tục bị sự vật mang lại cho cá nhân phần thưởng lợi dụng hay giúp cá nhân tránh khỏi kết quả không vui. Những khái niệm như tự do và chân giá trị con người theo Skinner là ảo tưởng vì mọi người được kiểm soát vô thức và ngẫu nhiên theo cách này.

Skinner giống như Watson xem nhân cách đơn thuần là tổng số các hành vi tập quen. Người này phân biệt với người kia vì họ hành động khác nhau, hành vi của họ khác nhau chỉ vì mỗi người từng trải qua những việc bất ngờ, củng cố khác nhau trong suốt đời sống. Cả tiếp cận của Watson lẫn Skinner phủ nhận sự tồn tại của suy nghĩ hay một loại "cái tôi" bên trong bất kỳ – cả hai đều là **lý thuyết hộp đen**, nhấn mạnh đầu vào kích thích từ môi trường và đầu ra hành vi đối với những kích thích ấy. Họ cũng là những người theo thuyết **giản hóa luận** cực đoan về nhân cách, mà một vài nhà tâm lý học hiện đại sẵn sàng chấp nhận không hề khả nghi.

THUYẾT TẬP QUEN XÃ HỘI

Bandura (1977a) cho rằng yếu tố xã hội trong việc hình thành nhân cách quan trọng hơn sự thừa nhận của Watson hay Skinner. Bandura nhận dạng **tập quen xã hội** là một quá trình quyết định liên quan đến nhân cách. Theo Bandura, tập quen xã hội bao gồm biến đổi ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm, nhưng quan trọng hơn cũng bao gồm sự tập quen của trẻ thông qua các quá trình **mô phỏng** và

nhận dạng. Những quá trình này là hình thức tập quen xã hội nhanh chóng giúp trẻ có được những đơn vị hành vi phức tạp nhanh chóng và hiệu quả, không hề có hiểm nguy vốn có trong tập quen thử nghiệm và sai sót.

Bandura xem mô phỏng là giai đoạn đầu, trong đó con người mô phỏng hành động hay hành vi cụ thể từ một mô hình. Loại hành vi thể hiện qua mô hình rất quan trọng trong việc hình thành một dải hành vi có thể đối với trẻ. Năm 1963, Bandura và Walters chứng minh trẻ có thể lưu trữ các mẫu hành vi gây hấn mà trẻ quan sát thấy, không tái tạo hành vi này ngay lập tức mà thể hiện trong tình huống sau này có vẻ như thực hiện hành vi ấy giúp trẻ có lợi thế. Sau đó sự mô phỏng bao gồm việc tái tạo hành vi hay hành động cụ thể.

Vai trò mẫu

Lúc đầu, hầu như trẻ con học hỏi bằng cách mô phỏng, nhưng chẳng bao lâu điều này dẫn đến giai đoạn tập quen xã hội thứ hai: nhận dạng. Ở giai đoạn này, hiểu biết đồng hóa thành khái niệm tự trẻ con nhận thức, có nghĩa rằng toàn bộ các kiểu tương tác hay hành vi có thể được chấp nhận chứ không phải hành động riêng rẽ. Trong quá trình nhận dạng, trẻ con xem một số cá nhân nào đó là **vai trò mẫu.** Bằng cách đồng nhất với những mô hình như thế, trẻ con có khả năng ngoại hiện hiểu biết của mình thành những hình thức hành vi mới lạ: trẻ con hành động theo cách trẻ tưởng tượng vai trò mẫu cũng hành động như thế trong tình huống ấy. Vì thế, không như mô phỏng, trẻ con chỉ tái tạo hành vi hiện có, bằng nhận dạng trẻ con tạo ra hành vi mới.

Trong lý thuyết của Bandura, nhân cách được xem là kết quả của kinh nghiệm và tập quen đặc biệt của cá nhân. Nhân cách được tập quen theo nghĩa phát sinh từ kinh nghiệm đặc biệt của cá nhân nhưng cũng bao gồm các mẫu tương tác và cơ chế tập quen xã hội không được bao hàm trong mô hình thuyết hành vi. Công trình của Bandura là mối liên kết quan trọng giữa quan điểm theo thuyết hành vi cứng nhắc của Watson và Skinner, và lý thuyết của Mead và Mischel định hướng xã hội nhiều nhất.

Thuyết Tương tác biểu tượng

Đối với G.H. Mead, cũng như đối với Bandura, chính tính chất xã hội của con người là yếu tố quan trọng để tìm hiểu nhân cách. **Thuyết hành vi xã hội** của Mead nhấn mạnh hành vi con người được hướng về mục tiêu xã hội. Tất cả chúng ta đều được xã hội hóa thành những vai trò xã hội thích hợp ngay từ rất sớm. Những vai trò này quyết định cách chúng ta tương tác với nhau, vì thế chúng ta sẽ có được các loại hành vi. Chính xã hội và vai trò xã hội hình thành nền tảng nhân cách.

Theo Mead (1934) nhân cách phát triển qua ba giai đoạn. **Giai đoạn chuẩn bị** trong thời thơ ấu, trẻ bắt chước hành vi của những người xung quanh, nhưng không hề hiểu biết cơ bản hành động gì đang diễn ra. Vì thế một đứa trẻ sẽ mở rộng tờ báo và đọc giống như người mẹ, nhưng tờ báo lộn ngược. Mặc dù mô phỏng dần dần nhường chỗ cho quá trình nhập tâm vai trò xã hội chung hơn và trẻ chuyển sang giai đoạn thứ hai.

Giai đoạn thứ hai do Mead phác họa là **giai đoạn thủ vai,** trong đó trẻ diễn lại tất cả vai trò xã hội chứ không phải là hành động đơn giản. Bằng việc thủ vai nhiều người trên thế giới, trẻ phát triển hiểu biết của mình vai trò nào là phù hợp và không phù hợp. Vai trò mà trẻ đảm nhận sẽ là vai trò của những người khác quan trọng trên thế giới: những người có tác động rõ ràng đối với đời sống của trẻ. Mead cho rằng trong giai đoạn này điều quan trọng là trẻ thường ám chỉ mình ở ngôi thứ 3 khi thụ vai, chẳng hạn như "Emma đang cho bé ăn" hay "Emma đói bụng". Ông nghĩ rằng điều này chứng tỏ ở độ tuổi này trẻ chưa có ý thức thống nhất về cái tôi những việc từng trải qua những cái tôi khác nhau sẽ được gợi nhớ khi thích hợp.

Giai đoạn thứ ba được Mead phác họa bao gồm việc kết hợp tất cả các vai trò khác nhau ở trẻ, và nhiều trình bày cái tôi khác nhau thành một kết hợp cố kết. Chúng ta phát triển một **cái tôi nòng cốt** có thể thích ứng với nhiều tình huống khác nhau hơn là chấp nhận một cái tôi khác nhau cho mỗi tình huống chúng ta đang thuộc về. Mặc dù nguồn gốc xuất xứ đối với cái tôi chung này nằm trong vai trò xã hội mà chúng ta học cách thủ vai, vì thế theo Mead, **khái niệm cái tôi** sau cùng do xã hội hình thành và cần xã hội hỗ trợ để duy trì nó.

Chính cái tôi nòng cốt này giúp chúng ta có được hiểu biết cá nhân về vai trò xã hội mà chúng ta đang thủ vai. Mặc dù những vai trò như thế quyết định hình thức tương tác chung với người khác, nhưng cũng có một dải hành vi vai trò có sẵn: bác sĩ có vẻ đồng cảm, xa lánh hay độc đoán khi quan hệ với bệnh nhân trong khi vẫn tuân theo mong đợi bao quanh vai trò xã hội của một bác sĩ. Mỗi người chúng ta đều theo cách của riêng mình, hiểu vai trò của mình một cách riêng biệt, theo Mead, chính điều này làm cho mỗi cá nhân trở thành đặc biệt. Nhưng chúng ta cũng nhập tâm tiêu chuẩn xã hội sao cho giải thích về vai trò của mình không khác biệt đến mức thách thức hiểu biết vai trò của người khác.

Mô hình hành vi con người này còn gọi là **thuyết tương tác biểu tượng**, vì nó nhấn mạnh đến cách tương tác chứ không nhấn mạnh nhiều về nhân cách cá nhân, cũng như với vai trò một người nào đó đang đảm nhận và vai trò ấy được tượng trưng bằng điều gì. Mead xem sự phân loại này và cách con người tương tác với nhau là những tượng trưng cho vai trò của họ chắc chắn phải có. Thậm chí những người chọn cách từ bỏ xã hội chính thống được xã hội phân loại và chấm dứt việc đảm nhận vai trò xã hội của riêng mình, như "bỏ học giữa chừng", "sống lang thang" hay "hippy". Lúc ấy nhân cách theo lý thuyết này là kết quả từ vai trò xã hội ở một người và cách họ hiểu những vai trò ấy.

Ý THỨC XÃ HỘI

Lý thuyết do Walter Mischel (1968) đề xuất cho rằng chính hiểu biết của con người về các khía cạnh xã hội và nhận thức tình huống của mình quyết định nhân cách. Chứ không phải là việc cho rằng hành vi là biểu hiện của thiên hướng hay đặc điểm nền tảng, Mischel tập trung nghiên cứu phản ứng của con người với các kích thích khác nhau trong môi trường.

Mặc dù **thuyết hành vi xã hội** phát triển từ các tiếp cận nhân cách theo thuyết hành vi, Mischel cho rằng quan điểm theo thuyết hành vi cứng nhắc tỏ ra quá hạn chế. Nói chung, Mischel cho rằng thuyết này không đủ tỉ mỉ để khảo sát khái niệm **sự phân biệt**. Mischel lập luận con người có khả năng nhận biết và học hỏi từ những khác biệt rất nhỏ trong kích thích, có nghĩa là thậm chí một thay đổi rất nhỏ trong tình huống cũng tạo ra một hành vi hoàn toàn khác. Những người theo thuyết hành vi thường có khuynh hướng nêu ra các loại phản ứng ở con người trong các tình huống tương tự và cho rằng chúng không đổi: một số loại tình huống tạo ra một số loại hành vi. Nhưng Mischel cho rằng con người phân biệt theo cách tinh vi hơn nhiều. Họ hành động nhất quán trong các tình huống nếu hành động tương tự rất có khả năng dẫn đến kết quả tương tự.

Nghiên cứu ảnh hưởng xã hội đối với hành vi ngày càng chứng minh tầm quan trọng nhận thức của con người trong việc tìm hiểu nhân cách. Năm 1973, Mischel chứng minh **sự mong đợi** và **giá trị** quyết định ra sao trong việc định hướng sự lựa chọn của con người giữa những quá trình hành động thay thế trong một tình huống bất kỳ. Tiếp theo sau, Bandura (1977b) nhận dạng một hình thức mong đợi đặc biệt, còn gọi là **cái tôi hiệu quả**, ám chỉ suy nghĩ của chúng ta về tính hiệu quả của cá nhân, nói cách khác, liệu chúng ta có cảm thấy đánh giá được điều gì là cần thiết trong một tình huống đã cho hay không. Theo Mischel, nhân cách là do sự phối hợp tập quen xã hội, sự mong đợi, giá trị và suy nghĩ tự hiệu quả.

Năm 1989, Bandura cho rằng **suy nghĩ cái tôi hiệu quả** là những tác nhân hòa giải quan trọng trong việc bằng cách nào và liệu con người có cảm giác kiểm soát đời sống của chính mình hay không. Điều này lần lượt có nghĩa là chúng liên kết rất gắn bó với khái niệm cái tôi và sự tự tin, đây là những gì chúng ta nghĩ có khả năng làm có ảnh hưởng liệu mình có cảm giác bất lực trong một số tình huống nào đó hay không hay liệu chúng ta có thể kiểm soát được hay không. Bandura cho rằng hoàn toàn là một điều tốt khi con người có suy nghĩ cái tôi hiệu quả rất cao, cho dù có vẻ phần nào họ không thực tế, vì nếu bạn có những mong đợi cao về mình thì bạn thường có khuynh hướng vươn đến chúng, trong khi những người có suy nghĩ cái tôi hiệu quả thấp hay "thực tế" thường có khuynh hướng đạt thành tựu thấp vì họ không xông vào những việc mà họ biết có nhiều thử thách. Bạn không hề biết mình có thể làm được chuyện gì cho đến khi thử bắt tay vào!

Lý thuyết hành vi xã hội hiện đại sau đó tập trung vào cả chính bản thân hành vi và vào sự hiểu biết của con người về tình huống xã hội của mình, chứ không hiểu nhân cách theo nghĩa tìm hiểu thiên hướng hay đặc điểm. Cả những khía cạnh không đổi lẫn đặc biệt trong nhân cách được xem là lệ thuộc vào kinh nghiệm trước đây của cá nhân và tình huống hiện tại của họ. Nhưng cả mạnh mối hiện tại lẫn hiểu biết trước đây được xem là cực kỳ phức tạp, khó phát hiện, không có vẻ gì tương tự với các mô hình cơ chế hành vi con người và nhân cách do những người theo thuyết hành vi đề xuất.

THUYẾT HIỆN TƯỢNG HỌC VÀ NHÂN VĂN

Từ thập niên 1950 trở đi, phát triển một loạt các tiếp cận nhân cách mới. Những tiếp cận này nhấn mạnh rằng để tìm hiểu hành vi một người, điều cần thiết là phải tìm hiểu chính con người hiểu biết tình huống của mình ra sao. Tiếp cận này gọi là tiếp cận **hiện tượng học**. Theo cách suy nghĩ này con người chủ động tìm hiểu và nhận thức thế giới của riêng mình, kết luận họ rút ra ảnh hưởng đến cách họ hành động ra sao. Vì thế một lý thuyết nhân cách không tính đến nhận thức của con người luôn tỏ ra không thích hợp trong việc giải thích hành vi. Có nhiều lý thuyết nhân cách khác nhau theo tiếp cận hiện tượng học, từ lý thuyết nhân văn do Carl Rogers phác họa cho đến thuyết hiện sinh của R.D. Laing, được đề cập trong Chương 9. Tất cả những lý thuyết này cùng một quan điểm cho rằng tìm hiểu con người và tình huống của họ theo hiện tượng học là yếu tố cần thiết trong việc tìm hiểu nhân cách của con người ấy.

ROGERS

Carl Rogers phát triển lý thuyết nhân cách của ông do kết quả công trình nghiên cứu lâm sàng, trong đó ông nhận thấy mô hình kích thích – phản ứng phân mảnh của những người theo thuyết hành vi hoàn toàn không thích hợp trong việc giải thích kinh nghiệm từng trải của bệnh nhân. Lý thuyết của ông nhấn mạnh tầm quan trọng của khái niệm cái tôi và sự phát triển cá nhân, cho rằng cả hai yếu tố này đều cần thiết trong việc phát triển nhân cách khỏe mạnh.

Rogers (1961) cho rằng con người ai cũng có hai nhu cầu cơ bản. Thứ nhất là nhu cầu **thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình**, mà Rogers xem là sự phấn đấu tích cực đối với sự phát triển cá nhân. Thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình là tạo ra những khía cạnh cái tôi có thực, hay thực tế, khác nhau, bao gồm việc tìm hiểu tài năng của một người tự đào tạo mình hay hoàn thiện kỹ năng cụ thể. Có thể tự thể hiện theo nhiều cách khác nhau ở nhiều người khác nhau nhưng Rogers xem nhu cầu này là nhu cầu cơ bản ở mọi người, phải được thỏa mãn, nếu không sẽ sinh ra rối loạn tâm lý.

Ông mô tả nhu cầu cơ bản thứ hai là nhu cầu **tôn trọng tích cực** – tình cảm, thương yêu hay tôn trọng từ người khác. Rogers xem sự phát triển nhân cách khỏe mạnh xảy ra thông qua các mối quan hệ, thường ở thời thơ ấu, chứ không phải luôn luôn, cung cấp cho cá nhân sự **tôn trọng tích cực không điều kiện.** Đây là sự tôn trọng tích cực không lệ thuộc vào việc cá nhân thể hiện hành vi "tốt" hay "được chấp nhận": bằng cách nào đó con người phải được thương yêu, cho dù một vài chuyện họ làm không được người khác chuộng. Sự an toàn khi có mối quan hệ kiểu này khiến cho cá nhân rảnh tay tìm hiểu tiềm năng của mình. Vì thế con người thỏa mãn nhu cầu thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình hoàn toàn an toàn, tìm hiểu những vấn đề khác nhau mà họ cảm thấy mình muốn thử vì họ không chịu rủi ro khi đánh mất sự tôn trọng tích cực do bị phản đối.

Mặc dù một số trẻ con có phụ huynh chỉ cung cấp sự **tôn trọng tích cực có điều kiện**, bố mẹ chỉ thương yêu khi con cái có hành vi tốt, có thể nhất quyết cho rằng không thương yêu con vì con ngỗ nghịch, hay không vâng lời. Theo Rogers, điều này khiến trẻ bị tổn thương tâm lý rất nhiều. Một phần là vì trẻ con phát triển có suy nghĩ rằng bố mẹ chỉ thích trẻ nào lý tưởng, không hề ngỗ nghịch chứ không phải đứa trẻ con ngoài đời thực, một phần ngăn chặn trẻ con tránh bị rủi ro khi làm bất kỳ việc gì khác, trong trường hợp việc làm ấy bị phản đối. Và điều này có nghĩa rằng trẻ con không thể thỏa mãn nhu cầu thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình.

Rogers cho rằng bệnh nhân loạn tâm thần mà ông tiếp xúc trong công tác lâm sàng đều có thái độ tôn trọng tích cực có điều kiện từ bố mẹ hay những người chăm sóc trong suốt thời thơ ấu. Điều này có nghĩa rằng có được sự tán thành từ người khác là yếu tố cực kỳ quan trọng đối với họ. Số trẻ con này lớn lên phấn đấu dành lấy sự tán thành ở người khác và xem nhẹ quá trình thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình. Nhưng sự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình không chỉ là một tùy chọn, theo lập luận của Rogers: đây là nhu cầu phải được thỏa mãn nếu muốn tâm lý khỏe mạnh. Vì thế một phần trong nhiệm vụ điều trị đối với những bệnh nhân này là đưa họ trở về tiếp xúc với cái tôi bên trong, bắt đầu tìm hiểu tài năng, thiên hướng và khả năng của cá nhân họ.

Thế nhưng nói dễ hơn làm vì những người này rất hoảng sợ khi bị sự phản đối của xã hội bằng cách hoạt động kém hoàn hảo hơn. Do cách phản ứng của bố mẹ, họ phát triển một tập hợp **điều kiện giá trị** lý tưởng hóa – những tiêu chuẩn mà họ dùng để đánh giá loại hành vi nào rất có thể được người khác tán thành. Những điều kiện giá trị này cũng thể hiện **khái niệm cái tôi lý tưởng** của họ – cái tôi mà họ nghĩ nên cố gắng vực dậy. Nhưng cái tôi lý tưởng này hoàn toàn không thực tế, và không thể đạt được. Thế là những bệnh nhân này cảm thấy liên tục lo âu vì họ không thể sống theo tiêu chuẩn mà họ nghĩ là cần thiết để được xã hội tán thành. Chính suy nghĩ này tạo ra sự lo âu và loạn tâm thần cuối cùng đưa họ vào bệnh viện.

Chúng ta sẽ khảo sát hình thức điều trị của Rogers trong Chương 9. Nhưng ở đây chúng ta có thể hiểu mô hình nhân cách do Rogers đề xướng chú trọng vào hai nhu cầu tâm lý cơ bản: thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình và tôn trọng tích cực. Mô hình cho rằng con người liên tục trưởng thành và phát triển, nhân cách khỏe mạnh là nhân cách phấn đấu có được sự phát triển cá nhân – một bức tranh nhân cách khác hẳn với một số lý thuyết chúng ta khảo sát ở đầu chương.

THUYẾT HÌNH THÀNH NHÂN CÁCH CỦA KELLY

George Kelly cũng là một nhà tâm lý học lâm sàng, chủ yếu xem con người là duy lý, biết lập luận. Không giống nhiều nhà trị liệu khác, Kelly nghĩ rằng con người biết rõ vấn đề của mình và những gì họ ngụ ý. Ông luôn bảo rằng sau khi ông mất, nếu có người tưởng nhớ đến mình thì nên nhớ **nguyên tắc thứ nhất của Kelly:** *"Nếu bạn chưa rõ bệnh nhân mắc bệnh gì, hãy nên hỏi bệnh nhân. Bệnh nhân sẽ nói cho bạn biết"* (Kelly, 1955).

Mô hình con người cơ bản trong lý thuyết của Kelly là mô hình con người hành động giống như nhà khoa học, thường tạo ra và kiểm tra các giả thuyết, phát triển các lý thuyết để giải thích quan sát của mình. Khi một nhà khoa học cố giải thích điều gì xảy ra trong phòng thí nghiệm thì người ta thường tìm cách giải thích điều gì xảy ra trong đời sống hàng ngày và những người họ tiếp xúc. Quá trình như nhau nhưng đối tượng khác nhau.

Một trong những nguyên tắc cơ bản nhất trong lý thuyết của Kelly là quan điểm **thuyết thay thế xây dựng.** Kelly cho rằng con người không phản ứng với thực thể khách quan như hiện có, thay vào đó, mỗi người chúng ta phản ứng với thế giới khi chúng ta hiểu biết nó – quanh chúng ta là những vũ trụ của riêng mình, thay thế nhau. Thông qua kinh nghiệm hàng ngày, chúng ta phát triển một tập hợp các lý thuyết riêng tư, mang tính cá nhân, thế giới giống như điều gì, và sử dụng chúng làm kim chỉ nam cho hành động và phản ứng của riêng mình. Những lý thuyết riêng tư này còn gọi là **hình thành nhân cách.**

Hình thành nhân cách

Hình thành nhân cách theo Kelly có thể là lời phát biểu với hai cực đối lập – như phát biểu **lưỡng cực**, giống như "thông minh – ngu ngốc" hay "tử tế – độc ác". Nhưng những hình thành này mang tính cá nhân, dễ phân biệt, vì thế mỗi người phải phát triển tập hợp của riêng mình và diễn đạt nó theo cách riêng của mình. Tập hợp hình thành mà một người sử dụng rất dễ phân biệt: người khác không hề sử dụng những phạm trù cụ thể ấy khi nghĩ về những người họ quen – thay vào đó họ sử dụng một tập hợp hình thành hoàn toàn khác.

Vì hình thành mang tính cá nhân như thế, điều quan trọng cần nhớ là mặc dù từ ngữ một người sử dụng để mô tả hình thành của mình có thể giống với từ ngữ do người khác sử dụng nhưng bản thân hình thành mang nghĩa hoàn toàn khác hẳn. Chúng ta thường không diễn đạt hình thành của mình bằng từ ngữ vì thế thường có khuynh hướng dựa vào trí tưởng tượng của cá nhân khi muốn diễn đạt chúng. Điều này có nghĩa cùng một từ nhưng mang nghĩa khác nhau. Nếu bạn yêu cầu nhiều người nêu ra một từ có nghĩa trái với từ "gây hấn", bạn sẽ nhận được nhiều câu trả lời khác nhau từ "bị động" hay "nghe lời" cho đến "điềm tĩnh" hay "hòa nhã". Mỗi từ trong số những từ trái nghĩa này ngụ ý rằng con người hiểu từ "gây hấn" theo cách hơi khác nhau.

Theo Kelly, hầu hết chúng ta thường sử dụng khoản 7 hay 8 hình thành chính khi cố tìm hiểu con người chúng ta vừa gặp nhưng cũng có nhiều hình thành phụ. Một số hình thành chúng ta sử dụng mang tính chung chung hơn những hình thành khác, có thể áp dụng vào một dải rộng các tình huống hay sự vật. Hình thành "tốt – xấu" là một trong số này, và thường xuất hiện như một hình thành vượt trội trong hệ thống hình thành ở cá nhân con người. Những hình thành khác thấp hơn và liên quan đến thông tin cụ thể hơn (chẳng hạn "thích động vật – độc ác đối với động vật"). **Kỹ thuật hệ thống tiết mục** mà Kelly phát triển được mô tả trong Khung 7.2 cung cấp cách khảo sát hệ thống hình thành riêng biệt ở cá nhân có hệ thống.

Hệ thống hình thành

Có nhiều khác biệt ở cá nhân theo cách hoạt động của hệ thống hình thành ở cá nhân. Kelly phân biệt giữa hệ thống hình thành "chặt" và "lỏng". Hệ thống hình thành "chặt" được định nghĩa rõ ràng và đưa ra những dự đoán rất dứt khoát. Hệ thống hình thành "lỏng" rất mơ hồ, có thể sử dụng linh động. Vì thế hình thành chặt hữu dụng trong việc đưa ra dự đoán cụ thể nhưng không thể xử lý tình huống mơ hồ. Hình thành lỏng thích hợp trong việc giải quyết tình huống mơ hồ, nhưng không chính xác

Khung 7.2 Hệ thống tiết mục

Hệ thống tiết mục là một kỹ thuật đo nghiệm tâm thần do Kelly nghĩ ra trong một nỗ lực phát triển phương pháp nghiên cứu xác định cá nhân có hệ thống mà con người sử dụng để tìm hiểu thế giới. Có hai giai đoạn nghĩ ra một hệ thống tiết mục. Giai đoạn thứ nhất bao gồm việc suy luận những hình thành mà cá nhân sử dụng, và giai đoạn thứ hai là phải xem những hình thành ấy áp dụng vào nhiều yếu tố khác nhau ra sao. Giai đoạn thứ hai giúp chúng ta nhận dạng các mẫu hay chủ đề theo cách con người hiểu biết thế giới của mình và cách con người phản ứng với người khác hay những tình huống khác.

Hình thành có thể suy luận bằng việc yêu cầu con người kể tên 8 hay số **thành phần** như thế. Những thành phần này thường là những người theo cách nào đó có ý nghĩa quan trọng đối với họ nhưng các nhà nghiên cứu thị trường sử dụng những món đồ khác – mô hình ô tô, tòa nhà, nhãn hiệu. Mỗi thành phần thường được kèm một chữ tham khảo. Sau đó một lúc trao cho một người nhiều tập hợp ba chữ và yêu cầu phát biểu bất kỳ hai trong số này giống nhau hay khác nhau với chữ thứ ba theo cách nào đó. Họ làm trắc nghiệm này với nhiều cách phối hợp chữ khác nhau – ADF, BCH, và v.v... . Mỗi đôi giống và khác nhau mà họ nhận dạng được chọn là tượng trưng cho các cực đối lập của một xây dựng cá nhân.

Trong giai đoạn hai, hình thành được sắp xếp theo chiều nằm ngang trên hệ thống, mỗi thành phần tượng trưng một cột. Sau đó yêu cầu người khác cho biết, bằng cách đánh dấu kiểm hay số không trên hệ thống, mỗi hình thành áp dụng cho mỗi thành phần ra sao. Đây là hệ thống tiết mục.

Hệ thống tiết mục được áp dụng phổ biến trong nhiều lĩnh vực từ tâm lý liệu pháp đến phân tích nhận thức tiêu dùng. Người ta cho rằng hệ thống cung cấp một cơ hội đặc biệt để nghiên cứu cách tìm hiểu thế giới của con người. Kết quả thật đặc biệt vì không những mang đặc tính riêng mà còn giúp so sánh có hệ thống giữa nhiều người trong khi vẫn nhận ra tính chất riêng tư.

trong việc làm cho con người biết phải mong đợi điều gì.

Đây là sự phân biệt quan trọng vì chúng ta hành động giống như nhà khoa học có nghĩa là chúng ta luôn kiểm tra liệu hiểu biết tình huống của mình có đúng hay không. Vì thế nếu một hình thành tạo ra dự đoán không đúng thì **không có giá trị**, chúng ta phải tìm lời giải thích thay thế. Hình thành lỏng không hẳn là không giá trị nhưng trái lại vì nó quá mơ hồ nên không chắc được sử dụng nhiều để hướng dẫn hành vi của mình. Dĩ nhiên thay thế cho một hình thành có giá trị hay không giá trị là kinh nghiệm trở thành nằm bên ngoài **dải thuận tiện** của hình thành. Hình thành hoàn toàn không thể giải thích điều gì đang diễn ra và chúng ta lúng túng khi đối mặt với một hiện tượng hoàn toàn mới.

Lý thuyết của Kelly cho rằng điều gì khác biệt về nhân cách là hình thành riêng biệt mà con người sử dụng để tìm hiểu kinh nghiệm của mình. Vì mọi người đều có tập hợp hình thành đặc biệt của riêng mình nên họ hành động khác nhau và điều này khiến họ trở thành những cá thể.

THUYẾT NHÂN CÁCH DẢI HẸP

Thuyết nhân cách dải hẹp là thuyết không đưa ra giải thích toàn bộ chức năng hoạt động của con người mà đúng ra chỉ quan tâm đến một, hai đặc điểm riêng biệt về con người, và cách họ khác nhau ra sao. Họ chừa lại những khía cạnh nhân cách khác, chỉ tập trung vào một lĩnh vực khác nhau đặc biệt ở cá nhân.

NHÂN CÁCH ĐỘC ĐOÁN

Thế chiến II chứng minh thật ấn tượng thành kiến xã hội cực đoan có thể dẫn đến hậu quả nào và hậu quả bi thảm gì. Đương nhiên, điều dẫn đến nhiều cuộc nghiên cứu thành kiến trong tâm lý học chẳng hạn như thái độ bài Do Thái và những hình thức phân biệt chủng tộc khác, cũng như sự xuất hiện của chủ nghĩa phát xít như một quan điểm chính trị. Một số nghiên cứu này tập trung vào việc các nhóm luôn nuôi dưỡng thái độ thù địch giữa các nhóm với nhau, chúng ta khảo sát vấn đề này trong Chương 16. Tuy nhiên một số nghiên cứu khác tập trung vào cách nhận thức và nhân cách của những người tán thành ý thức hệ khuynh hữu cực đoan tạo ra chủ nghĩa phát xít.

Nghiên cứu nhanh chóng cho thấy rằng những người có suy nghĩ hữu khuynh cực đoan đều có đặc điểm dễ phân biệt trong cách nhận thức của họ. Có vẻ như họ có hai đặc điểm dễ phân biệt. Thứ nhất là **sự khắt khe**. Những người có loại thái độ này thường giữ vững suy nghĩ của mình ngay cả khi đối mặt với chứng cứ trực tiếp cho thấy rằng họ không đúng hay không thích hợp khi giải thích chuyện đang diễn ra. Họ không cởi mở, thay đổi suy nghĩ của mình khi đối mặt với thông tin mới. Cách nhận thức đặc trưng thứ hai là **không khoan dung cho sự mơ hồ.** Quả thật những người như thế rất khó thích ứng với ý kiến không rõ rệt, hay không có giải pháp "đúng sai" dứt khoát. Nếu gặp phải tranh luận, họ sẽ chấp nhận mặt này hay mặt khác của vấn đề rất nhanh, sau đó tự động xua đuổi lập luận của phía bên kia.

Adorno *và người khác* (1950) cho rằng hai loại nhận thức này phản ánh loại nhân cách cụ thể trong thực tế. Họ cho rằng có một tập hợp đặc điểm nhân cách hình thành nên cái gọi là **nhân cách độc đoán**. Đây là mẫu nhân cách cứng nhắc, với suy nghĩ chính trị hữu khuynh cực đoan, những tiếp cận trừng phạt với sự đồng ý của xã hội và mức độ thành kiến cao đối với "người ngoài cuộc".

Từ dữ liệu phỏng vấn nhiều người có suy nghĩ chính trị hữu khuynh, Adorno *và người khác* chứng minh rằng người có nhân cách độc đoán thường được bố mẹ độc đoán, vô cùng nghiêm khắc nuôi dưỡng. Số bố mẹ này không cho con cái phản đối ý kiến của mình hay thậm chí tỏ vẻ bất bình hay gây hấn khi sự việc không công bằng – sự bất công không phải là khác thường vì nói chung họ không hề lắng nghe quan điểm của con cái. Điều này có nghĩa con cái cảm thấy tức giận về sự bất công theo kiểu này nhưng phải kiềm nén cơn giận và không được để lộ cơn giận ấy. Từng trải qua những cảm giác cực đoan như thế trong khi bên ngoài vẫn tỏ ra vui vẻ, ngoan ngoãn, sau cùng trở thành người không khoan nhượng. Vì thế Adorno *và người khác* cho rằng trẻ **kiềm chế** thái độ thù địch của mình – đẩy nó ra khỏi nhận thức có tác động mạnh đến mức nói chung trẻ không còn có cảm giác giận dữ nữa.

Lý thuyết của Adorno trên cơ sở mô hình suy nghĩ ý thức và tiềm thức của Freud. Trong trường hợp này, thái độ thù địch đối với sự độc đoán, chuyên quyền của bố mẹ nằm trong suy nghĩ tiềm thức, không thể tiếp cận đến nhận thức của trẻ. Nhưng dĩ nhiên điều này có nghĩa rằng suy nghĩ ý thức lẽ ra phải rất cẩn thận để đảm bảo rằng thái độ thù địch bị kiềm chế không hiện ra thêm lần nữa. Adorno *và người khác* cho rằng cấu trúc nhân cách độc đoán được tạo ra do cơ chế phòng thủ cần duy trì thái độ thù địch này, đã bị chôn vùi.

Adorno đi đến kết luận rằng sự khắt khe trong nhận thức và không chấp nhận sự mơ hồ ở người mang tính độc đoán cao cũng là do cơ chế phòng thủ. Những người này rất thù địch với kết luận hay quyết định không rõ ràng, mơ hồ, vì khiến họ phải nghĩ đến nhiều ý tưởng mới, cũng có nghĩa là họ sẽ suy nghĩ những điều không thể suy nghĩ – họ sẽ tỏ thái độ giận dữ với bố mẹ. Vì thế bằng cách đảm bảo rằng họ làm cho suy nghĩ của mình khắt khe, cứng nhắc thì trong tiềm thức họ tránh được bất cứ điều gì khiến họ dễ bị tổn thương với những mâu thuẫn nội tâm của chính mình. Vì thế sự khắt khe trong suy nghĩ và quan điểm là cách tránh được mọi sự rối loạn không mong muốn hay phải suy nghĩ lại tạo cho những cảm giác này có cơ hội xuất hiện.

Chứng cứ chủ nghĩa độc đoán

Có nhiều chứng cứ ủng hộ quan điểm này. Năm 1948, Rokeach trắc nghiệm những người tham gia nghiên cứu mang tính độc đoán hay hữu khuynh về chính trị tiến hành dãi câu đố liên quan đến việc hình thành trạng thái suy nghĩ (Einstellung), mà chúng ta khảo sát trong Chương 5. Rokeach nhận thấy những người như thế không thể làm cho suy nghĩ của mình phù hợp với trạng thái suy nghĩ trước đó khi giải quyết một vấn đề mới. Ngoài ra, một khi họ đã chấp nhận một mẫu suy nghĩ cụ thể thì họ nhận thấy khó hơn người thường nhiều (những người có quan điểm ôn hòa) khi thay đổi tiếp cận của mình, cho dù mẫu suy nghĩ mà họ sử dụng có thể được xem là không phù hợp.

Cá nhân độc đoán cũng được chứng minh mang đặc điểm rất tôn trọng các nhân vật uy quyền. Adorno giải thích điều này là sự **hình thành phản ứng** dựa trên thái độ thù địch bên trong từ thời thơ ấu. Phòng thủ dựa vào sự đối mặt với thái độ thù địch của mình có nghĩa là trấn áp mọi sự gây hấn bất kỳ đối với nhân vật có uy quyền trở thành điều rất quan trọng và điều này tạo ra một thái độ cực kỳ tôn kính ở họ. Đây cũng là lý do giải thích tại sao họ gặp thử thách đối với hiểu biết đã hình thành hay uy quyền với sự xáo trộn như thế và có khuynh hướng trở nên thù địch hướng đến những nhóm bên ngoài. Nhưng thái độ thù địch của họ cũng là cách thay thế cơn giận dữ bên trong: bằng việc nhắm các nhóm chủng tộc là mục tiêu, họ thể hiện thái độ giận dữ của mình không phải đối mặt với xung đột nội tâm.

Bảng 7.3 Đặc điểm nhân cách độc đoán

Quá nệ quy ước	Người mang tính độc đoán có khuynh hướng quá nệ quy ước trong khi tiếp cận với sự vật, rất hoài nghi bất kỳ ai có quan điểm khác với đa số.
Tính phục tùng độc đoán	Người mang tính độc đoán có khuynh hướng cực kỳ kính trọng những người có uy quyền, và cũng mong người khác kính trọng mình như thế.
Sự gây hấn độc đoán	Những người như thế tỏ thái độ rất thù địch với bất kỳ ai không thừa nhận uy quyền hay cho rằng không thích hợp trong mọi phương diện.
Anti-intraception	Người mang tính độc đoán có khuynh hướng chấp nhận cách tiếp cận trừng phạt, cứng rắn đối với mọi hình thức hạnh kiểm xấu trong xã hội: Họ thường xem tính nhân hậu là phá vỡ xã hội và bạc nhược.
Mê tín và suy nghĩ rập khuôn	Người như thế thường nghĩ rằng sự việc xảy ra theo "định mệnh", không thể tránh được, hay do bên ngoài kiểm soát, cá nhân không thể kiểm soát được, ngoại trừ gặp vận may.
Quyền lực và "khắt khe"	Nhân cách độc đoán thường hành xử theo cách chi phối, áp đảo, đôi lúc bắt nạt người khác.
Tính chất phá hoại và thái độ khuyển nho	Người mang tính độc đoán thường biểu hiện thái độ thù địch cao và gây hấn đối với người khác và quan điểm mà họ bất đồng.
Tính định hướng	Người mang tính độc đoán biểu hiện khuynh hướng hướng sự thôi thúc tiềm thức của riêng mình vào người khác.
Giới tính	Nhân cách độc đoán thường thể hiện sự quan tâm quá mức đến hành vi tình dục xấu, với thái độ cực kỳ thù địch.

Nguồn: Adorno và người khác, 1950

Adorno *và người khác* (1950) phát triển một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần để đánh giá mức độ độc đoán trong nhân cách cá nhân. Trắc nghiệm này còn gọi là thang điểm F – F tượng trưng cho chủ nghĩa phát xít. **Thang điểm F** đánh giá 9 đặc điểm nhân cách phối hợp để hình thành nhân cách độc đoán, là kết quả trực tiếp của cơ chế phòng thủ do bố mẹ độc đoán tạo ra. Các đặc điểm được liệt kê trong Bảng 7.3.

Chủ nghĩa giáo điều

Năm 1960 Rokeach tiến hành công việc này thậm chí còn chi tiết hơn bằng cách mô tả kiểu nhân cách khác nhưng có liên quan mật thiết. Adorno *và người khác* cho rằng nhân cách độc đoán thực ra là đặc điểm duy nhất ở những người có quan điểm chính trị hữu khuynh cực đoan. Nhưng Rokeach cho rằng phần lớn (chứ không phải tất cả) đặc điểm ấy cũng có ở những người có chính kiến tả khuynh, ông cho rằng khía cạnh quan trọng trong khía cạnh này là việc cá nhân có suy nghĩ cởi mở hay khép kín: liệu họ có tán thành những quan điểm mới và sự mơ hồ hay không hay họ vẫn khăng khăng tất cả đều phải minh bạch theo kiểu "trắng đen" rõ ràng.

Rokeach đặt tên loại nhân cách này là **chủ nghĩa giáo điều.** Một loạt nghiên cứu chứng minh rằng những khía cạnh này có thể áp dụng cho những người cánh tả cũng như cánh hữu – mặc dù Rokeach đồng ý rằng chủ nghĩa giáo điều phổ biến ở cá nhân cánh hữu nhiều hơn. Nghiên cứu cũng cho thấy cá nhân giáo điều có khuynh hướng ca ngợi nhân vật có uy quyền, và không nhân nhượng sự chỉ trích đối với họ. Tiếp cận cứng nhắc của họ cũng hạn chế khả năng giải quyết tính mới lạ: khi tham gia trắc nghiệm, họ tỏ ra kém hơn khi phân tích tình huống mới, hay khi chấp nhận những chiến lược hay tiếp cận mới.

Chúng ta nhận thấy lý thuyết nhân cách do Adorno và Rokeach đề xướng không cố gắng xoay quanh mọi khía cạnh có thể trong nhân cách con người. Thay vào đó họ chỉ đề cập một khía cạnh cụ thể, rất quan trọng, xem xét xuất hiện ở cá nhân ra sao và tự nó biểu hiện bằng cách nào.

NHÂN CÁCH LOẠI A VÀ LOẠI B

Lý thuyết nhân cách dải hẹp nổi tiếng khác liên quan đến việc con người phản ứng trước sự căng thẳng ra sao. Chúng ta sẽ trở lại lý thuyết này trong Chương 13 khi nghiên cứu một số vấn đề chung về căng thẳng và cách làm giảm căng thẳng. Nhưng vì mô hình giới thiệu một minh họa tiếp cận dải hẹp khác nên cũng đáng nêu ra ở đây.

Năm 1959, hai nhà nghiên cứu Friedman và Rosenman nhận xét rằng có vẻ có hai cách khác biệt khi con người bước vào làm việc trong môi trường chịu áp lực cao. Họ đặc biệt quan tâm đến các nhà quản lý và điều hành trong những nghề nghiệp căng thẳng. Một nhóm nhà quản lý có vẻ phản ứng trước tình huống của mình bằng cách hành động rất quyết liệt. Họ thường hấp tấp, vội vã, rất cạnh tranh, nhận thấy khó ủy thác trách nhiệm và thường có khuynh hướng cực kỳ nhanh nhẹn, linh động thậm chí trong những thời điểm căng thẳng. Friedman và Rosenman gọi loại hành vi này là **Loại A.**

Thế nhưng, nhóm nhà quản lý thứ hai bước vào công việc theo cách khác hẳn. Họ có khuynh hướng thoải mái hơn nhiều và dễ ủy thác trách nhiệm cho người khác. Mặc dù họ cũng quan tâm đến việc làm cho xong việc như các cá nhân Loại A đã làm, nhưng tỏ ra ít cạnh tranh hơn, xem thất bại là rào cản cần phải khắc phục chứ không phải là thách thức hay chạy đua. Nếu trong một ngày làm việc cụ thể không làm xong một việc gì đó thì họ đồng ý ngày hôm sau sẽ làm tiếp chứ không phải bực dọc, cáu kỉnh: khi về nhà họ không lo lắng và căng thẳng. Nói chung họ thường sống ở mức căng thẳng thấp hơn nhóm khác nhiều mặc dù họ cũng là người đang sản xuất. Friedman và Rosenman mô tả nhóm này là **Loại B.**

Các nhà nghiên cứu phát triển một bảng câu hỏi nhân cách, dùng để đánh giá những đặc điểm nhân cách này. Sau đó họ bắt đầu nghiên cứu theo chiều dọc với hơn 3000 nhà quản lý và điều hành, kéo dài 8,5 năm (Rosenman *và người khác,* 1975). Họ nhận thấy cá nhân Loại A trong nhóm mắc bệnh liên quan đến căng thẳng, nhất là bệnh động mạch vành nhiều gấp hai lần những người Loại B, cho dù sau khi những khác biệt trong các yếu tố khác, như độ tuổi và hút thuốc đã được kiểm soát.

Glass (1977) cho rằng những gì phân biệt người Loại A với người Loại B là cách họ phản ứng trước tình trạng không ai giúp đỡ. Trong một nghiên cứu, những người tham gia nghiên cứu được xếp vào nhóm A hay nhóm B đều phải giải quyết tình huống khó xử, nhưng thực ra một số tình huống này không thể giải quyết được. Glass nhận thấy hai nhóm phản ứng hoàn toàn khác nhau. Cá nhân Loại A căng thẳng hơn khi họ nhận thấy mình không thể kiểm soát được tình huống, và có nhiều cố gắng để giành lấy quyền kiểm soát. Khi nhận thấy điều này không thể làm được, họ bỏ cuộc, thậm chí không kiểm soát giải quyết những vấn đề sau này mang tính tương tự, nhưng có thể giải quyết được. Trái lại người Loại B, giải quyết vấn đề điềm tĩnh hơn, tiếp tục áp dụng những tiếp cận mới đối với những vấn đề sau này.

Ngụ ý là sự khác nhau giữa nhân cách Loại A và nhân cách Loại B là sự khác nhau nhận thức – xúc cảm: một phần liên quan đến cách nhận thức, nhưng cách ấy bản thân chúng bắt nguồn từ sự khác nhau trong việc định hướng cảm xúc trước áp lực. Thêm lần nữa, đây không phải là một thuyết nhân cách hoàn chỉnh: mà chỉ là một thuyết từng phần, kết hợp với các thuyết nhân cách khác trong việc dưa ra hình ảnh của một cá nhân. Tương tự, lý thuyết nhân cách độc đoán của Adorno dựa trên mô hình suy nghĩ tiềm thức và ý thức cũng như cơ chế phòng thủ của Freud, vì thế những thuyết khác có thể rút ra để giải thích đặc điểm nhân cách Loại A và Loại B xuất hiện ra sao. Chẳng hạn, công trình của Rogers về điều kiện giá trị có thể dùng để giải thích tại sao nó lại mang tính quyết định với người Loại A đến mức họ thành công tính từng phút.

Như chúng ta đã biết, các thuyết nhân cách dải hẹp không tìm cách trình bày một mô hình nhân tính chung, không giống một số lý thuyết chung chung hơn. Thay vào đó, chúng tập trung vào một lĩnh vực hoạt động chức năng của con người và mô tả điều gì đang diễn ra ở đó, thường phối hợp song hành với nhiều mô hình chung chung hơn.

CÁC LOẠI THUYẾT NHÂN CÁCH

Trong chương này, chúng ta xét đến nhiều tiếp cận khác nhau trong tìm hiểu nhân cách con người. Tiếp cận gom thành nhóm theo nhiều cách khác nhau. Ở đây, gom thành lý thuyết phân tâm học, lý thuyết đặc điểm, lý thuyết tập quen xã hội, lý thuyết hiện tượng học và các lý thuyết dải hẹp hạn chế hơn. Nhưng có nhiều phân loại khác có thể sử dụng.

Thuyết Mô tả cá nhân và thuyết Khác biệt nhân cách

Chẳng hạn một khả năng có thể để phân biệt thuyết **Mô tả cá nhân** và thuyết **Khác biệt nhân cách** vì đối tượng nghiên cứu của chúng khác nhau. Thuyết Khác biệt nhân cách nghiên cứu tiêu chuẩn chung để đánh giá và so sánh các cá nhân, chú ý đến việc nhận dạng những khía cạnh nhân cách chung ở mọi người, và đánh giá con người khác biệt ra sao đối với những khía cạnh chung ấy.

Thuyết Mô tả nhân cách cá nhân, trái lại, không chú ý nhiều đến việc so sánh giữa con người. Thay vào đó, tiêu điểm quan tâm là việc cá thể hoạt động ra sao – các quá trình tâm lý học hình thành tính chất cá nhân, chứ không phải tính tương đồng ra sao. Chẳng hạn mô hình tiềm thức của Freud là một tiếp cận mô tả cá nhân: điều mà Freud quan tâm là trong suy nghĩ của một cá nhân đang diễn ra điều gì. Trái lại, lý thuyết đặc điểm của Eysenck là lý thuyết khác biệt nhân cách – Eysenck quan tâm đến việc con người đạt đến những thang điểm chung này ra sao.

Trắc nghiệm cân bằng và qui phạm

Sự phân biệt này cũng được phản ánh trong nhiều loại trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần khác nhau bắt nguồn từ lý thuyết nhân cách. **Trắc nghiệm qui phạm** là trắc nghiệm dùng để so sánh cá nhân này với cá nhân khác. Trắc nghiệm cho kết quả theo thang điểm tiêu chuẩn sau đó so sánh với các bảng tiêu chuẩn dân số được cung cấp trong sổ tay hướng dẫn trắc nghiệm, cung cấp cho người trắc nghiệm một ý tưởng kết quả ở một người mang tính điển hình ra sao. Trắc nghiệm nhân cách tiêu chuẩn như Tóm tắt nhân cách Eysenck hay 16 PF của Cattell đều là trắc nghiệm qui phạm.

Bằng cách so sánh, **trắc nghiệm cân bằng** dùng để cung cấp thông tin chi tiết về cấu trúc nhân cách cá nhân của một người nào đó, bằng cách xem đặc điểm nào mạnh nhất hay yếu nhất ở một người chứ không phải so sánh với người khác. Chẳng hạn, trắc nghiệm cân bằng đánh giá một người theo 5 yếu tố thích hợp: tính ổn định cảm xúc, ý thức, hướng ngoại, tính thích hợp và thẳng thắn đối với kinh nghiệm sẽ cho kết quả biểu thị yếu tố nào trong số này là yếu tố mạnh nhất hay yếu nhất trong tính tình của con người cụ thể ấy. Vì thế trắc nghiệm có ích cho những người muốn sử dụng nó làm cơ sở tư vấn hay tư vấn nghề nghiệp. Nhưng trắc nghiệm qui phạm trên cơ sở đặc điểm tương tự sẽ cung cấp cách đánh giá biểu thị điểm số của một cá nhân "bình thường" ra sao dựa trên mỗi đặc điểm trong số này.

Johnson, Wood và Blinkhorn (1988) cho rằng điều quan trọng đối với tất cả những người sử dụng trắc nghiệm nhân cách – các nhà tâm lý học chuyên nghiệp cũng như những người khác đã được đào tạo sử dụng trắc nghiệm – phải biết được sự khác nhau giữa trắc nghiệm cân bằng và trắc nghiệm qui phạm. Họ lập luận, đối với trắc nghiệm cân bằng thật dễ xử lý như thể chúng là trắc nghiệm qui phạm vì thế cách đánh giá nhằm mục đích mô tả điểm mạnh và điểm yếu tương đối của một cá nhân dùng để so sánh người khác. Nhưng họ nhấn mạnh điểm này tạo ra kết quả cực kỳ sai lầm.

Chẳng hạn, sử dụng trắc nghiệm cân bằng thay vì trắc nghiệm qui phạm để so sánh giữa con người với nhau có nghĩa là có người đạt điểm cao, chẳng hạn thẳng thắn đối với kinh nghiệm có vẻ thẳng thắn hơn người khác có điểm thấp trong cùng trắc nghiệm. Nhưng không hẳn như thế. Điểm cao chỉ có nghĩa rằng đây là đặc điểm mạnh nhất trong một tập hợp đặc điểm nói chung yếu, và con người trong thực tế hoàn toàn thấp khi so sánh với đặc điểm của người khác. Tương tự, điểm thấp chỉ có nghĩa rằng những đặc điểm khác mạnh hơn, và cá nhân ấy có thể vẫn thẳng thắn đối với kinh nghiệm nhiều hơn người khác. Nếu mục đích trắc nghiệm là phải so sánh nhiều người, theo Johnson *và người khác,* điều cần thiết phải đảm bảo là sử dụng trắc nghiệm qui phạm chứ không phải sử dụng trắc nghiệm cân bằng, nếu không kết quả sẽ vô dụng.

Tầm quan trọng của người trắc nghiệm có năng lực

Vấn đề như thế này cho thấy tầm quan trọng mức nào khi những người sử dụng trắc nghiệm nhân cách đã qua trường lớp đào tạo. Cũng như đối với trắc nghiệm trí năng thật quá dễ dàng đến mức không thể hiểu lầm kết quả của chúng và phải được sử dụng theo cách thích hợp. Trắc nghiệm nhân cách đặc biệt phổ biến trong việc chọn nghề, đôi khi do những người không trong nghề tâm lý học sử dụng. Vì thế, trong những năm gần đây, Hội tâm lý học Anh quốc xác lập những phẩm chất chính thức qua đó những người không phải là nhà tâm lý học, như các nhà quản lý và phụ trách nhân sự, được đào tạo để sử dụng và hiểu đúng trắc nghiệm nghề nghiệp.

Trong chương này, chúng ta khảo sát một dải tiếp cận để tìm hiểu nhân cách. Hầu hết các lý thuyết phát xuất từ công trình của các nhà tâm lý học lâm sàng. Chúng được phát triển để giúp chúng ta có khả năng tìm hiểu và giúp đỡ những người có biểu hiện hành vi bất thường hay mắc bệnh tâm thần. Tất cả lý thuyết nhân cách đều bao hàm một mô hình nhân tính dứt khoát, thường hữu ích khi so sánh những giả định cơ bản về con người giống nhau như thế nào với những giả định từ các lý thuyết khác. Những giả định này cũng được phản ánh trong nhiều cách khác nhau mà các nhà tâm lý học và người khác tìm cách giải thích hành vi bất thường. Trong chương sau, chúng ta khảo sát chi tiết hành vi bất thường và một số vấn đề khác phát sinh.

Từ khóa

Dễ xúc động. Liên quan đến cảm xúc hay xúc cảm chẳng hạn như thành phần thái độ liên quan đến cảm xúc.

Khía cạnh xúc cảm. Khía cạnh của một thái độ liên quan đến cảm xúc hay xúc cảm được hướng về mục tiêu của thái độ.

Giai đoạn hậu môn. Giai đoạn thứ hai trong các giai đoạn tâm lý tình dục của Freud, trong đó dục tình tập trung ở hậu môn.

Tống khứ hậu môn. Quan niệm của Freud cho rằng đặc điểm tính cách ở người lớn được hình thành từ khi còn bé thích thú đối với hành động tiêu tiểu quá nhiều, vì thế sẽ tỏ ra hào phóng, bố thí.

Cầm giữ hậu môn. Quan niệm của Freud cho rằng đặc điểm tính cách ở người lớn được hình thành từ khi còn bé từng trải kinh nghiệm ngồi bô quá khắt khe, khi lớn lên sẽ phát triển tính tình keo kiệt hay bủn xỉn.

Kiểu gốc. Hình ảnh hay đồ vật tượng trưng, theo Jung, cộng hưởng trong tiềm thức chung và tạo ra các phản ứng huyền bí tác động mạnh ở con người.

Nhân cách độc đoán. Một tập hợp các đặc điểm được Adorno phát hiện xảy ra cùng lúc, tạo ra một tiếp cận khắt khe đối với các vấn đề đạo đức và xã hội.

Lưỡng cực. Có hai cực đối lập với một chuỗi tiếp nối chạy giữa chúng. Chẳng hạn, xây dựng cá nhân lưỡng cực "tử tế – độc ác" có hai cực được tượng trưng bằng từ dùng để mô tả nó, nhưng một số cá nhân thích hợp ở khoảng nào đó giữa hai cực – nghĩa là gần như tử tế chứ không phải lúc nào cũng tử tế.

Lý thuyết hộp đen. Lý thuyết thuần túy quan tâm đến đầu vào kích thích và đầu ra hành vi.

Sự lo âu bị hoạn. Quan niệm của Freud cho rằng trẻ nam ngấm ngầm lo sợ bố sẽ hoạn mình.

Khía cạnh nhận thức. Khía cạnh thái độ liên quan đến suy nghĩ, quan điểm và niềm tin đối với mục tiêu của thái độ.

Khía cạnh ý muốn. Còn gọi là khía cạnh hành vi, đây là khía cạnh thái độ liên quan đến khuynh hướng hành động - con người chắc chắn sẽ hành động ra sao cho phù hợp với thái độ thể hiện.

Điều kiện giá trị. Quan điểm nhập tâmvề phẩm chất hay thành tựu cá nhân làm cho một người trở thành người có giá trị hay đáng giá, được phát triển do kinh nghiệm từng trải với người khác. Theo Carl Rogers, thực thể điều kiện giá trị của cá nhân là yếu tố chính trong việc duy trì sự tự trọng, hay thiếu tự trọng.

Thuyết thay thế xây dựng. Nguyên tắc cho rằng mỗi thực thể tâm lý học ở mỗi người được xây dựng trên cơ sở cá nhân, từ kinh nghiệm cá nhân khác nhau của riêng mình.

Cơ chế phòng thủ. Chiến lược bảo vệ mà tâm trí sử dụng để tự mình phòng thủ chống lại thông tin xáo trộn hay không mong muốn.

Thuyết quyết định. Một cách suy nghĩ trong đó mọi hành động hay kinh nghiệm của con người được cho rằng có quan hệ nhân quả trực tiếp.

Sự phân biệt. Kỹ năng phân biệt kích thích này với kích thích khác thường được tập quen qua biến đổi ngoại cảnh chọn lọc.

Chủ nghĩa giáo điều. Đặc điểm nhân cách cứng nhắc giống như tính độc đoán, đặc điểm ở cánh tả (tính độc đoán luôn ở cánh hữu). Như tính độc đoán, chủ nghĩa giáo điều bao gồm sự không nhân nhượng với những người khác với ý kiến chính thức, tiếp cận vấn đề phải rạch ròi, minh bạch, phân loại cá nhân cực đoan giữa "chúng ta và họ".

Cân bằng động. Sự cân bằng giữa hai áp lực trái ngược có được bằng sự di chuyển và điều chỉnh thường xuyên giữa chúng.

Xung đột electra. Một nỗ lực của Freud nhằm giải thích nhận dạng vai trò giới tính nữ bằng thái độ thèm muốn dương vật ở bé gái, và kình địch với người mẹ.

Hướng ngoại. Một khuynh hướng chung hướng về hành vi hòa đồng, thoải mái và thành thật.

5 yếu tố thiết thực. Chứng cứ thường gặp cho thấy các bảng câu hỏi nhân cách cho kết quả, khi phân tích yếu tố, thường thuộc về 5 nhóm, mặc dù trình bày các đặc điểm nhân cách cơ bản.

Sự gắn bó. Trong thuật ngữ của Freud, quá trình "dính vào" giai đoạn phát triển tâm lý học ban đầu.

Giai đoạn sinh dục. Trong lý thuyết của Freud, giai đoạn phát triển tâm lý học ở tuổi dậy thì trong đó dục tình tập trung vào các cơ quan sinh dục và cá nhân quan tâm đến người khác phái.

Sự nhận dạng. Quá trình tập quen xã hội bao gồm suy nghĩ bản thân phải giống hay thật giống với người khác và làm cơ sở cho cách tương tác ở một người dựa trên sự so sánh ấy.

Sự mô phỏng. Phỏng theo hành vi hay hành động cụ thể của người khác.

Hướng nội. Khuynh hướng chung thích hành vi đơn độc, không hòa đồng.

Trắc nghiệm cân bằng. Trắc nghiệm dùng để biểu thị sự cân bằng các đặc điểm khác nhau trong một cá nhân nhưng không phải so sánh con người với nhau.

Giai đoạn phát triển cá tính. Trong lý thuyết của Freud, một giai đoạn thời thơ ấu trong đó dục tình lan tỏa khắp cơ thể và trẻ được xem như thụ động trong tình dục.

Luật kết quả. Nguyên tắc tập quen cho rằng hành động mang lại kết quả vui thú trên cơ thể chắc chắn sẽ được lặp lại.

Dục tình. Năng lượng tình dục và khẳng định sức sống mà ban đầu Freud xem đó là yếu tố tiếp sinh lực cho mọi hành vi ở con người. Trong nghiên cứu sau này, ông bổ sung quan niệm năng lực phá hoại: trạng thái chết giả.

Thuyết bẩm sinh. Một tiếp cận cho rằng hiểu biết hay khả năng mang tính bẩm sinh không cần phải học tập.

Qui phạm. Tượng trưng cho tiêu chuẩn, mang tính điển hình.

Xung đột Oepidal. Trong lý thuyết của Freud, quan niệm cho rằng trẻ nam muốn chiếm đoạt người mẹ của mình về mặt tình dục, vì thế trẻ nhận thức mình là đối thủ trực tiếp của người bố to lớn hơn, mạnh mẽ hơn.

Giai đoạn miệng. Trong lý thuyết của Freud, giai đoạn thời thơ ấu, trong đó trẻ có được niềm vui duy nhất qua đường miệng.

Xây dựng cá nhân. Cách riêng để hiểu thế giới, được phát triển dựa trên kinh nghiệm. Các lý thuyết gia xây dựng nhân cách cho rằng muốn hiểu việc xây dựng cá nhân mà một người nào đó sử dụng để tìm hiểu kinh nghiệm của mình là yếu tố cần thiết để tâm lý liệu pháp có hiệu quả cũng như tương tác hiệu quả trong sinh hoạt thường nhật.

Giai đoạn dương vật. Trong lý thuyết của Freud, một giai đoạn trong đó vui thú đối với trẻ nhỏ được cho là tập trung ở cơ quan sinh dục, và sự chú ý tình dục của trẻ hướng về bố, mẹ, khác phái với trẻ.

Hiện tượng học. Liên quan đến thế giới quan của một người và hiện tượng mà họ trải qua hơn là thực thể khách quan.

Não tướng học. Một suy nghĩ trong thế kỷ 19 cho rằng tính cách và những phẩm chất khác được tiết lộ bằng những điểm bất thường có hệ thống trên hộp sọ.

Thuyết quyết định sinh lý. Tiếp cận phát biểu rằng con người và hành vi khác diễn ra như một kết quả dễ hiểu của các hệ thống sinh lý.

Nguyên tắc vui thú. Theo thuật ngữ của Freud, cách mà xung động bản năng hoạt động bằng nhu cầu sự cấp phát thường xuyên các xung lực, bất kể quy ước xã hội.

Tôn trọng tích cực. Mến, thích, yêu hay tôn trọng người khác.

Tính loạn tâm thần. Một hình thức bệnh tâm thần trong đó cá nhân không còn tiếp xúc với thực tại.

Hình thành phản ứng. Một cơ chế phòng thủ trong đó một xung lực bị kiềm chế biến thành xung lực đối lập, chẳng hạn tình dục đồng giới bị kiềm chế biến thành thái độ căm ghét người đồng giới.

Nguyên tắc thực tế. Tên do Freud đặt cho cách mà cái tôi nỗ lực cân bằng giữa xung động bản năng và siêu ngã với nhu cầu thực tế

Giản hóa luận. Tiếp cận tìm hiểu hành vi tập trung vào một mức độ giải thích đơn giản, bỏ qua các mức độ khác. Đối lập là thuyết tương tác.

Sự hồi qui. Cơ chế phòng thủ trở lại hành vi thích nghi được tập quen trong giai đoạn phát triển ban đầu.

Kỹ thuật vốn tiết mục. Hệ thống suy luận những xây dựng cá nhân và thể hiện cách cá nhân thể hiện chúng trong việc giải thích kinh nghiệm của mình.

Hệ thống kích hoạt dạng lưới. Một phần của não dàn xếp giấc ngủ, sự thức và tỉnh táo.

Khái niệm cái tôi. Quan niệm hay hình ảnh nội tâm cho rằng con người có những gì mà chính họ phải có, kể cả các khía cạnh đánh giá và mô tả.

Suy nghĩ cái tôi hiệu quả. Suy nghĩ cho rằng con người có khả năng làm việc gì đó thật hiệu quả. Suy nghĩ cái tôi hiệu quả liên kết mật thiết với thái độ tự trọng, ở chỗ có ý thức về khả năng và có tiềm năng kiểm soát xu hướng làm tăng thái độ tự tin. Nhưng khái niệm thường được cho rằng hữu dụng hơn khái niệm thái độ tự trọng khái quát hóa vì con người thường tự tin về một số khả năng, hay một số lĩnh vực trong đời sống nhưng không tự tin trong các khả năng hay các lĩnh vực khác.

Tập quen xã hội. Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội nhấn mạnh cách con người mô phỏng hành động và lập mô hình cho hành vi của mình dựa trên hành động của người khác.

Kiểu thân. Loại hình dáng cơ thể có thời được xem là biểu thị nhân cách.

Thuyết tương tác biểu tượng. Tiếp cận tìm hiểu xã hội nghiên cứu cách nhận thức và phản ứng của con người với nhau như những biểu tượng xã hội, chẳng hạn như vai trò chứ không phải là những cá nhân.

Tính đồng thời. Trong phân tâm học của Jung, quan niệm cho rằng một số sự kiện tác động mang ý nghĩa nhiều hơn hàng ngày vì chúng đi vào ý nghĩa sâu sắc hơn trong tiềm thức chung.

Temperament (tính khí). Thuật ngữ dùng để mô tả những khác biệt cơ bản giữa trẻ em và người lớn, theo nghĩa khuynh hướng của họ phản ứng khác nhau đối với các kích thích, và được cho là dấu báo hiệu của nhân cách.

Trạng thái chết giả. Năng lực tiêu cực, phá hoại do Freud đề xuất như một đối trọng với năng lực tình dục tích cực còn gọi là dục tình, được gợi ra để giải thích sự hủy diệt, tàn sát lẫn nhau trong Thế chiến I theo nghĩa phân tâm học.

Nhân cách loại A và loại B. Hội chứng nhân cách trong đó A mang đặc điểm thiếu kiên nhẫn, không nhân nhượng và mức độ căng thẳng cao trong khi B có cách tiếp cận thoải mái, khoan dung và sự căng thẳng ở cá nhân thấp hơn rất nhiều.

Tôn trọng tích cực không điều kiện). Yêu, mến hay tôn trọng không lệ thuộc vào việc con người hành động theo cách cụ thể.

Tóm tắt

1. Lý thuyết nhân cách ban đầu bao gồm các lĩnh vực nhân cách, lý thuyết chất dịch, não tướng học và kiểu thân.
2. Thuyết nhân cách phân tâm học của Freud nhấn mạnh tầm quan trọng của suy nghĩ tiềm thức và khẳng định kinh nghiệm ban đầu trong thời thơ ấu có thể tạo ra những kết quả kéo dài đối với nhân cách khi trưởng thành.
3. Jung nghĩ rằng con người tiếp cận đến tiềm thức chung, có thể hoạt động theo cách chữa bệnh, trong khi Fromm cho rằng xã hội cũng như gia đình và sự trưởng thành là yếu tố quan trọng trong việc định hình nhân cách.
4. Lý thuyết đặc điểm nhân cách bao gồm lý thuyết hai yếu tố của Eysenck, lý thuyết 16 yếu tố của Cattell, và "5 yếu tố thiết thực" do Costa và McCrae nhận dạng.
5. Lý thuyết định hướng tập quen thay đổi từ mô hình kích thích - phản ứng theo thuyết hành vi sang lý thuyết tập quen xã hội, nhấn mạnh sự mô phỏng và nhận dạng, thuyết tương tác biểu tượng chú ý vai trò xã hội và thuyết nhận thúc xã hội nhấn mạnh tập quen xã hội, sự mong chờ, giá trị và suy nghĩ cái tôi hiệu quả.
6. Rogers cho rằng con người có hai nhu cầu cơ bản: nhu cầu thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình và nhu cầu được người khác tôn trọng tích cực. Cả hai nhu cầu này phải được thỏa mãn để phát triển nhân cách khỏe mạnh. Kelly cho rằng tìm hiểu nhân cách có nghĩa là tìm hiểu những xây dựng cá nhân ở con người.
7. Tiếp cận nhân cách dải hẹp bao gồm nhân cách độc đoán, mục đích giải thích những thái độ cực đoan trong thành kiến xã hội, và nhân cách Loại A và Loại B mô tả các tiếp cận trong công việc và căng thẳng.
8. Lý thuyết khác biệt nhân cách trình bày những tiêu chuẩn chung trong khi lý thuyết mô tả cá nhân giải thích tính chất cá nhân tương tự, trắc nghiệm do nghiệm tâm thần qui phạm dùng để so sánh nhưng trắc nghiệm cân bằng chỉ cung cấp một bức tranh riêng biệt.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả ngắn gọn mô hình nhân cách do Jung hay Fromm đề xuất.
2. Hãy mô tả các nguồn dữ liệu mà Cattell sử dụng trong việc phát triển trắc nghiệm 16 PF.
3. Phác họa lý thuyết nhân cách của Rogers.

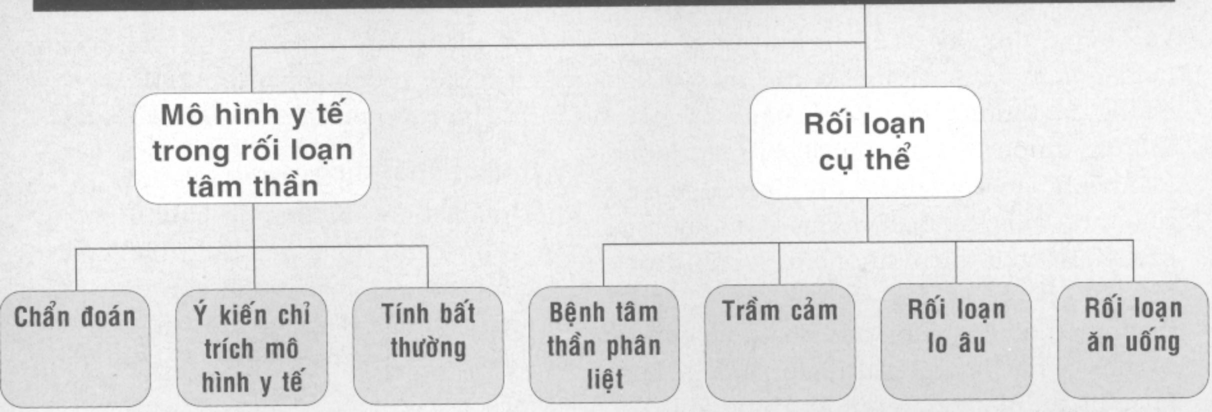
Câu hỏi thảo luận

1. "Giải thích đặc điểm nhân cách là không phù hợp về bản chất". Hãy thảo luận.
2. Khái niệm tập quen xã hội, thuyết tương tác biểu tượng và ý thức xã hội làm cho khái niệm nhân cách trở nên rườm rà đến mức nào?
3. Các tiếp cận hiện tượng học có giúp chúng ta hiểu biết nhân cách đầy đủ hay không?

chương

8

Mô hình y tế của hành vi bất thường


Mô hình y tế trong rối loạn tâm thần
Rối loạn cụ thể
Chẩn đoán
Ý kiến chỉ trích mô hình y tế
Tính bất thường
Bệnh tâm thần phân liệt
Trầm cảm
Rối loạn lo âu
Rối loạn ăn uống

Đối tượng nghiên cứu

8.1. Tiếp cận lịch sử

a. Gọi tên các lý thuyết hành vi bất thường trong lịch sử

b. Mô tả lý thuyết hành vi bất thường ban đầu

c. Đánh giá cách điều trị hành vi bất thường ban đầu

8.2. Hệ thống phân loại ban đầu

a. Nhận dạng giả định cơ bản về mô hình y tế

b. Mô tả các loại bệnh tâm thần khác nhau

c. Phê bình hệ thống phân loại ban đầu

8.3. DSM-IV

a. Mô tả các trục DSM-IV

b. Liên kết vấn đề chẩn đoán với tình huống khẩn cấp DSM-IV

c. Đánh giá tiếp cận y tế trong chẩn đoán bệnh tâm thần

8.4. Mô hình y tế

a. Mô tả các tiếp cận điều trị thân thể ban đầu

b. Phác họa lý do chấp nhận mô hình y tế

c. Đánh giá khái niệm bệnh tâm thần

8.5. Tính bình thường và bất thường

a. Mô tả định nghĩa tính bất thường và bình thường

b. Đánh giá định nghĩa tính bất thường

c. Liệt kê tiêu chuẩn định nghĩa khái niệm tính bình thường

8.6. Bệnh tâm thần phân liệt và chứng trầm cảm

a. Phân biệt giữa các loại trầm cảm khác nhau

b. Mô tả nghiên cứu tình trạng bất lực tập quen

c. Đánh giá các thuyết tâm thần phân liệt cạnh tranh

8.7. Rối loạn ăn uống và lo âu

a. Nhận dạng các loại rối loạn ăn uống

b. Đánh giá các thuyết rối loạn ăn uống

c. Mô tả triệu chứng rối loạn căng thẳng hậu chấn thương

8.8. Mô hình căng thẳng – thể tạng

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan rối loạn tâm thần

b. Liệt kê các yếu tố ảnh hưởng đến sự khởi đầu rối loạn tâm thần

c. Mô tả mô hình rối loạn tâm thần căng thẳng - thể tạng

Khi cho rằng một người bị "mất trí" hay "bệnh tâm thần", ý chúng ta muốn nói gì? Tại sao trước tiên chúng ta lại nghĩ rằng họ "bệnh"? Lời đáp nằm trong loại lý thuyết chúng ta tán thành để giải thích tại sao một người đi đến hành động kỳ lạ hoặc theo cách khác biệt với người khác và không giúp dỡ cá nhân ấy trong sinh hoạt đời thường. Trong xã hội hiện đại, chúng ta thường cho rằng hành vi bất thường thuộc loại này là do bị mắc một loại bệnh nào đó: nghĩa là lý thuyết mang tính phổ biến nhất. Nhưng đây không phải là lời giải thích duy nhất. Trong suốt lịch sử, hành vi bất thường được giải thích theo nhiều cách khác nhau, và cũng có nhiều mô hình khác nhau đương đại khác nhau, mà con người áp dụng khi cố gắng giúp đỡ những người có biểu hiện hành vi bất thường.

TIẾP CẬN HÀNH VI BẤT THƯỜNG TRONG LỊCH SỬ

Ngày nay, chúng ta thường cho là đương nhiên nếu một ai đó hành động kỳ quặc đến mức họ không thể đáp ứng nhu cầu sinh hoạt thường nhật trong xã hội, thì khi đó họ phải mắc "bệnh tâm thần". Nhưng những người có hành vi bất thường không phải lúc nào cũng bị xem giống như thế. Trong thời cổ đại, người Ai Cập, Hy Lạp và Do Thái thường chọn quan điểm những gì trái với bình thường đều qui cho hành động của các vị thần tốt hay xấu – thời tiết thay đổi cũng được xem giống như thế. Hành vi bất thường hay rối loạn được hiểu là dấu hiệu có sự can thiệp huyền bí hay của quỷ thần.

Nếu sự rối loạn ở một người có vẻ mang tính huyền bí thì người khác dành cho họ thái độ tôn trọng như thể có một vị thần "tốt" đến thăm. Nhưng nếu sự rối loạn của họ hành động theo cách trái với các bài giảng của giới tu sĩ thì vấn đề lại khác. Trong những trường hợp như thế, người ta nghĩ rằng sự rối loạn là do hành động của những vị thần ác, cần được trục xuất khỏi cơ thể. Một số cách chữa trị rất khó chịu dùng để trục xuất thần ác, chẳng hạn như đánh bằng roi, bỏ đói hay để người bệnh nằm bất động trong khi người khác liên tục cầu nguyện. Đôi khi những xã hội cổ đại áp dụng "thuật khoan xương sọ" – một kỹ thuật khoan một lỗ trong xương sọ, làm chất dịch chảy ra, rồi cho rằng thần ác đã bị trục xuất.

Lý thuyết chất dịch

Khái niệm tính bất thường chung chung này là do hành động của quỷ thần có vẻ được mọi người chấp nhận cho đến thời của thầy thuốc Hippocrates người Hy Lạp. Hippocrates đưa ra lý thuyết đầu tiên về hành vi bất thường bắt nguồn từ cơ thể, cho rằng những rối loạn này nên được xem là dấu hiệu bệnh chứ không phải là dấu hiệu quỷ ám. Hippocrates cho rằng nguyên nhân rối loạn có thể thuộc về bệnh lý học của não, được tạo ra do sự xáo trộn bốn chất dịch chính trong cơ thể – mật đen, mật vàng, máu và đờm giải. Cách điều trị ông đề nghị bao gồm các loại thuốc và thuốc xổ để cân bằng chất dịch trong cơ thể cũng như tập thể dục.

Theo lý thuyết này, triệu chứng trên cơ thể cho thấy chất dịch nào đang bị rối loạn, vì thế đề nghị loại thuốc chữa trị nào thích hợp. Nếu con người cáu kỉnh, hiếu động thì được cho là có lượng nước mắt quá mức – do đó mới có tính từ "choleric". Nếu con người u sầu, trầm cảm, thì được xem là có lượng mật đen quá mức, do đó mới có tính từ "melancholic". Những người tỏ vẻ vui buồn thất thường thái quá được nghĩ là có lượng máu quá mức, do đó có tính từ "sanguine", và những ai tính tình ù lỳ, lạnh lùng được cho rằng có lượng dờm dãi quá nhiều, do đó mới có từ "phlegmatic".

Như chúng ta đã biết trong Chương 7, mô hình này trở thành phổ biến, dùng để giải thích cho nhân cách cũng như hành vi bất thường. Mô hình rất dễ phân biệt vì cho rằng có thể điều chỉnh hành vi bất thường bằng cách sử dụng những cách điều trị trên cơ thể, và trong ý nghĩa ấy hoàn toàn khác với cách giải thích trong tôn giáo đã được áp dụng trước đây.

Lý thuyết "ma ám"

Mặc dù lý thuyết chất dịch không hoàn toàn biến mất, thời Trung cổ ở châu Âu bị giáo hội Cơ đốc chi phối. Do đó, giải thích sinh lý học đối với hành vi bất thường kém thịnh hành trong khi giải thích tôn giáo trở nên phổ biến. Giai đoạn này chứng kiến sự trở lại của lý thuyết "ma ám". Trong khi giáo hội tự khẳng định mình thì giả định chung cho rằng những người có dấu hiệu hành vi bất thường hay rối loạn đều có "linh hồn bất ổn", và cách điều trị phải thật nhẹ nhàng chẳng hạn như một nhân vật thần thánh "khẽ đặt tay" lên người bệnh. Thế nhưng, về sau này, khi Giáo hội củng cố sự thống trị đối với dân số thì ma ám hay quỷ ám trở thành lời giải thích thông thường, sử dụng nhiều biện pháp mang tính trừng phạt để trục xuất ma quỷ ra ngoài. Biện pháp tra tấn, châm đốt của các "phù thủy" trở nên thịnh hành, và suy nghĩ cho rằng ma thuật là nguyên nhân gây ra bệnh tâm thần mạnh đến mức sau cùng Đức Giáo hoàng Bull chính thức ra sắc lệnh khẳng định suy nghĩ này.

Cũng có những khía cạnh chính trị đối với những thay đổi này. Ehrenreich và English (1973) mô tả sự săn lùng phù thủy trong giai đoạn này như một nỗ lực của người hành nghề y tế ngày càng có ảnh hưởng trong việc làm mất tín nhiệm những người hành nghề bằng cách chữa bệnh bằng cây cỏ cổ truyền. Ehrenreich và English cho rằng vì những người hành nghề y học dân gian phần lớn là phụ nữ lớn tuổi thuộc các giai cấp nghèo khổ, việc hạ thấp kiến thức của họ giúp hình thành quyền thống trị của nam giới hành nghề y.

Quan điểm "bệnh tâm thần"

Khởi đầu quan điểm cho rằng con người hành động kỳ lạ thực sự mắc bệnh "tâm thần" bắt đầu phát sinh trong thời Phục hưng. Trong thế kỷ 16, thầy thuốc người Hà Lan Johann Weyer cho rằng nhiều chứng rối loạn tâm thần cần được chữa trị hơn là thuật trừ tà. Nhưng Giáo hội vẫn còn nhiều quyền thế: sách ông viết bị cấm và James I của Anh ra lệnh đốt. Tôn giáo giải thích rằng hành vi bất thường là do ma ám, là công cụ đầy quyền thế duy trì sự kiểm soát đối với toàn bộ dân số, và Giáo hội không dễ dàng để mất công cụ này.

Mặc dù thời thế thay đổi, dần dần xuất hiện nhiều tổ chức chăm sóc những người bị rối loạn tâm thần. Một trong những tổ chức đầu tiên là tu viện St Mary ở Bethlehem, năm 1547 được vua Pháp Henry VIII cải tạo thành bệnh viện, bắt đầu chuyên điều trị những người có dấu hiệu hành vi bất thường hay rối loạn. Những cơ sở tương tự xuất hiện khắp châu Âu. St Mary ở Bethlehem được gọi tắt thành "Bedlam" – một từ vẫn còn trong ngôn ngữ của chúng ta mang nghĩa một tình huống ồn ào hỗn độn, với nhiều tiếng la hét, khóc than tuyệt vọng của người mất trí. Phải mất một thời gian dài mới tìm được cách điều trị thích hợp cho những bệnh nhân như thế. Bedlam dành cho các thành viên trong cộng đồng như một hoạt động phụ, đặc biệt nổi tiếng với những thông lệ điều trị độc ác và điều kiện sống thật khủng khiếp.

Đạo đức liệu pháp

Sau Cách mạng Pháp, Pinel, một nhà cải cách cấp tiến người Pháp, tiên phong trong một tiếp cận mới mang tính nhân văn áp dụng trong các cơ sở này. Ông thuyết phục chính quyền cách mạng cho phép mình chịu trách nhiệm nuôi người mất trí trong điều kiện không xiềng xích trong một dưỡng trí viện khét tiếng. Có người hốt hoảng khi nghe tin này vì những người như thế được xem là rất hung hăng, không thể kiểm soát được, nói chung xã hội ngạc nhiên khi thấy họ không tiếp tục có những hành vi điên cuồng. Trái lại, áp dụng kỹ thuật chăm sóc của Pinel, người bệnh được tự do hành xử theo cách điềm tĩnh, kiềm chế. Điều này dẫn đến sự thay đổi trong thái độ xã hội đối với bệnh nhân, người ta khuyến khích Pinel tiếp tục công việc của mình.

Pinel gọi kỹ thuật này là **đạo đức liệu pháp.** Pinel lập luận bản chất đạo đức liệu pháp là bệnh nhân luôn được đối xử như những người có chân giá trị - bất kể việc họ có cần được đối xử tử tế hoặc kiên quyết hay không. Pinel xem họ là những người bình thường do căng thẳng môi trường đã mất đi khả năng lập luận. Đưa họ vào cơ sở làm giảm sự căng thẳng này, giúp họ phục hồi sự cân bằng của mình. Pinel cũng giới thiệu kỹ thuật "điều trị chuyên môn" đầu tiên, giao những việc đơn giản cho bệnh nhân làm. Ở đỉnh cao, đạo đức liệu pháp của Pinel đạt tỉ lệ thành công 70%, một con số đầy ý nghĩa trong lĩnh vực này. Tiếp cận tương tự được cơ sở Retreat ở York đảm nhận do tín đồ Giáo hữu (Quakers) điều hành.

Tiếp cận của Pinel đặc biệt ở chỗ trình bày giải thích đầu tiên căng thẳng môi trường là nguyên nhân hành vi rối loạn. Thành công trong điều trị của ông cũng khá đặc biệt theo nghĩa hoàn toàn khác với kết quả của những lý thuyết trước đây. Giải thích hành vi bất thường theo các nguồn ma quỷ đã dẫn đến cách điều trị mang tính trừng phạt, liên kết chặt chẽ với vấn đề kiểm soát xã hội. Giải thích hành vi bất thường do sự mất cân bằng sinh lý dẫn đến sự giam cầm, kiềm chế, khi rối loạn phần lớn được xem là không thể tránh. Nhưng giải thích rối loạn tâm thần là do căng thẳng môi trường đã mang lại một loại điều trị có vẻ tạo ra một số cải thiện rất rõ ràng trong khả năng thích ứng của những bệnh nhân này.

Sự phát triển của mô hình y tế

Cùng với thời gian, tiến bộ y học dẫn đến sự suy tàn trong việc áp dụng đạo đức liệu pháp. Quan niệm xem rối loạn tâm thần tượng trưng cho một loại bệnh trở thành phổ biến. Thành công trong việc điều trị các chứng bệnh cơ thể dẫn đến suy nghĩ con người sẽ thành công trong điều trị "bệnh tâm thần". Khi những người hành nghề y ngày càng có uy tín hơn, người giúp việc được thay bằng đội ngũ y tá, điều trị y tế thay thế các hình thức điều trị khác. Đạo đức liệu pháp được xem là "không khoa học" và trở nên lỗi thời.

Ủng hộ mô hình y tế bắt nguồn từ việc phát hiện rằng tổn thương não hay bệnh não có thể dẫn đến những triệu chứng hành vi kỳ quặc. Có lẽ phát hiện thuyết phục nhất là bệnh giang mai, ở thời kỳ thứ ba dẫn đến chứng loạn tâm thần nghiêm trọng, người bệnh không còn biết đến thực tế và hành động rất kỳ lạ. Khám phá rằng rối loạn này, nói chung không phải thường gặp trong dân số nhưng có nguồn gốc cơ thể đã khiến mọi người cho rằng tất cả những căn bệnh như thế sau cùng cũng được giải thích có nguồn gốc từ các rối loạn trên cơ thể. Điều này dẫn đến quan niệm cho rằng **điều trị thân thể** – điều trị liên quan đến việc điều chỉnh tình trạng cơ thể chẳng hạn như uống thuốc hay các hình thức điều trị cơ thể khác – sẽ thích hợp đối với loại bệnh này.

Sự phát triển điều trị thân thể

Trong những năm đầu, sự phát triển điều trị thân thể phần lớn là vấn đề thử xem sự việc diễn tiến ra sao. Người "bệnh tâm thần" không có nhân quyền hay ít nhất không có gì để thực thi hiệu quả và thí nghiệm tiến hành hoàn toàn thoải mái. Nhiều loại điều trị trở nên thịnh hành, sau đó bị lạm dụng. Chẳng hạn, đầu thế kỷ 20, **điều trị sốc insulin** được xem là cách điều trị hữu dụng đối với những người bị rối loạn nghiêm trọng. Bệnh nhân được tiêm insulin làm giảm thân nhiệt đáng kể, rơi vào trạng thái hôn mê. Sau đó, họ dần dần hồi tỉnh.

Vấn đề trong nhiều cách điều trị này là chúng có vẻ rất hiệu quả khi áp dụng lần đầu, nhưng sau đó mất tác dụng. Một phần, người ta cho rằng do sự chú ý ngày càng nhiều mà bệnh nhân nhận được khi họ tham gia vào cách điều trị mới. Khi điều trị trở nên bình thường, bệnh nhân nhận thấy không cần chú ý đặc biệt, vì thế điều trị không tác dụng. Nhưng giả định rằng loại hành vi này có nguồn gốc sinh lý có nghĩa là không thể giải thích được hiện tượng này – giải thích xã hội và cá nhân bị loại trừ vì chúng "không khoa học".

Nhiều cách điều trị rối loạn tâm thần được nghĩ ra kể cả việc dùng nhiều loại thuốc khác nhau, tạo ra những cơn động kinh nhân tạo qua việc áp dụng **liệu pháp sốc điện (ECT)**, và nhiều loại phẫu thuật não. Mặc dù phần lớn đều được nghiên cứu thận trọng về mặt khoa học, mang lại kết quả tích cực, nhưng các cách điều trị khác nhất là có sự can thiệp vật lý (trái với sự can thiệp bằng hóa chất) được tiến hành với lập luận lý thuyết rất mơ hồ. Trong Chương 10, chúng ta sẽ nghiên cứu chi tiết hơn trong việc áp dụng phẫu thuật não chẳng hạn như mở thùy và cắt thùy trước trán như những nỗ lực làm thuyên giảm hành vi bất thường.

Lý thuyết làm nền tảng cho những cách điều trị này là quan niệm cho rằng rối loạn tâm thần và hành vi bất thường là do kết quả của một số loại rối loạn y học. Những rối loạn này còn gọi là **rối loạn tâm thần.** Mô hình y tế của rối loạn tâm thần được phát biểu có hệ thống vào đầu thế kỷ 20, và là cách hiểu chính của xã hội hiện đại. Vì thế chúng ta nghiên cứu mô hình này và một số ý kiến chỉ trích mô hình.

MÔ HÌNH Y TẾ CỦA RỐI LOẠN TÂM THẦN

Mô hình y tế của rối loạn tâm thần cho rằng nguồn gốc hành vi bất thường là do một số loại hoạt động sai chức năng trong cơ thể hoặc bộ não. Mô hình cũng cho rằng những loại hoạt động sai chức năng khác nhau sẽ tạo ra những loại "rối loạn" khác nhau hay bệnh tâm thần. Sự phát triển đầy đủ mô hình y tế thường được xem là xảy ra với **hệ thống phân loại** bệnh tâm thần lần đầu tiên được mọi người chấp nhận. Trong một bối cảnh y tế, hệ thống phân loại để nhận dạng những loại rối loạn khác nhau rất hữu ích vì nó cung cấp một số manh mối cũng như nguyên nhân và cách điều trị đối với một căn bệnh. Vì thế thực ra không phải ngạc nhiên khi những tiếp cận tôn giáo ban đầu không bận tâm đến việc phân loại – họ cảm thấy mình đã biết được nguyên nhân căn bệnh cũng như diễn tiến hành động nên làm.

HỆ THỐNG CỦA KRAEPELIN

Một trong những phân loại rối loạn tâm thần được mọi người chấp nhận đầu tiên do Kraepelin phát triển năm 1913. Theo Kraepelin, "bệnh tâm thần" có thể chia thành bệnh tâm thần và bệnh thần kinh. Bệnh tâm thần là rối loạn tâm thần không có sự tiếp xúc với thực tế: con người bị hoang tưởng hay ảo giác, hay phản ứng bất thường đối với những sự kiện rõ ràng vô hại. Trái lại, bệnh thần kinh là những rối loạn trong đó con người tiếp xúc với thực tế quá nhiều: một số khía cạnh hay những khía cạnh trong đời sống tạo ra sự lo âu cực kỳ, và rối loạn tâm thần xuất hiện ở cá nhân cố gắng giải quyết hay làm giảm bớt sự lo âu ấy.

Mặc dù ông xem bệnh tâm thần và bệnh thần kinh là hai hình thức bệnh tâm thần chính, Kraepelin cũng bao hàm những hình thức rối loạn tâm thần khác trong hệ thống. Chúng không phải là những căn bệnh như thế nhưng theo ông có vẻ là minh họa cho các quá trình tâm thần bị rối loạn hay không hoạt động đúng chức năng theo cách nào đó.

Kraepelin nhận dạng 5 loại rối loạn tâm thần: bệnh thần kinh, rối loạn nhân cách, tâm thần hữu cơ, tâm thần chức năng và giảm thiểu trí năng.

Bệnh thần kinh là những rối loạn bao gồm lo âu quá mức trong những tình huống "bình thường". Sự lo âu thường ở những người cố tránh nguồn lo âu, đôi lúc dẫn đến những hành vi vô cùng kỳ quặc. Người bệnh thần kinh có thể diễn tiến thành: **chứng sợ**, là sự sợ hãi luôn ám ảnh, phi lý một vấn đề nào đó, **xung lực ám ảnh** trong đó bệnh nhân cảm thấy buộc phải lặp lại những hành động hay thực hiện liên tục các nghi thức, hay thậm chí trong trường hợp **đa nhân cách** bệnh nhân hình thành nhiều nhận dạng độc lập, khác nhau, với trí nhớ và nhân cách riêng biệt của chính mình, mỗi nhận dạng tách rời nhau. (Đa nhân cách thường được gọi là "tâm thần phân liệt" theo cách nói dân gian, nhưng thực tế hoàn toàn khác với rối loạn lâm sàng tâm thần phân liệt).

Loại **rối loạn nhân cách** bao gồm cách suy nghĩ lệch lạc hay bất thường trong xã hội, bao gồm: **paranoia** là một ảo giác cho rằng người khác đang âm mưu chống lại cá nhân, **nhân cách ám ảnh** thường biểu thị bằng việc chấp hành nguyên tắc chặt chẽ, **nhân cách tự kỷ** trong đó con người không mắc bệnh tâm thần nhưng thích tưởng tượng kỳ quặc, lảng tránh thực tế càng nhiều càng tốt, và bệnh thái nhân cách là một hội chứng cá nhân không có ý thức xã hội. Người bệnh thái nhân cách không hẳn là tội phạm hay cần điều trị tâm thần: có thể tìm thấy họ trong những nghề xem trọng sự đóng góp chẳng hạn như ngành kinh doanh giải trí, chính trị hay kinh doanh lớn và có thể là những người cực kỳ dễ mến.

Từ "hữu cơ" trong **bệnh tâm thần hữu cơ** ngụ ý rằng những rối loạn này là kết quả của những nguyên nhân vật lý có thể nhận dạng, chẳng hạn như nhiễm trùng não, khối u não, thương tổn ở hệ thần kinh hay những bệnh làm hệ thần kinh thoái hóa chẳng hạn như chứng múa giật Huntington. Có lẽ nổi tiếng nhất trong số này là bệnh giang mai thời kỳ thứ ba, bộ não bị xoắn khuẩn spirochaeta xâm nhập, khả năng hoạt động chức năng bình thường và tiếp xúc với thực tế của bệnh nhân bị giảm sút ngày càng nhiều.

Bệnh tâm thần chức năng là những rối loạn trong đó bệnh nhân bị rối loạn hoàn toàn và không tiếp xúc với thực tế, nhưng không có nguyên nhân hữu cơ rõ ràng của căn bệnh. Theo Kraepelin, có hai loại bệnh tâm thần chung: **bệnh tâm thần phân liệt** trong đó suy nghĩ việc cắt đứt không tiếp xúc với thực tế, bệnh nhân bị ảo giác hay hoang tưởng, và **loạn tâm thần hưng - trầm cảm** trong đó bệnh nhân có những thay đổi tâm trạng cực đoan, không thể kiểm soát đôi khi bị các sự kiện kích động, nhưng đôi lúc xảy ra theo chu kỳ đều đặn.

Giảm thiểu trí năng thực ra không phải là bệnh tâm thần, Kraepelin phân loại như một rối loạn tâm thần. Bệnh nhân giảm thiểu trí năng trong hệ thống này mang đặc điểm cực kỳ chậm chạp trong phản ứng trước một kích thích, thiếu sự quan tâm hay hiếu kỳ nói chung và chỉ số IQ thấp.

Điều trị thân thể

Sự chấp nhận mô hình y tế chung dẫn đến sự chú ý điều trị thân thể. Điều trị thân thể là điều trị chọn cách tiếp cận vật lý hay sinh lý. Điều trị thân thể có nghĩa là "tiến hành trên thân thể" và những điều trị này tập trung vào việc điều chỉnh cách hoạt động của cơ thể để giảm bớt hay loại bỏ những triệu chứng đang thể hiện trên cơ thể. Ba nhóm điều trị thân thể chính tượng trưng ba cách tiếp cận chính trong nghiên cứu và can thiệp vào bộ não: hóa chất, điện và vật lý.

Tiếp cận điều trị tâm thần còn gọi là **hóa liệu pháp** là cách điều trị tỏ ra thành công nhất – mặc dù chúng ta sẽ nghiên cứu trong chương kế tiếp có những người nghĩ rằng hóa liệu pháp không tác dụng đối với một số loại bệnh nếu điều trị dài hạn. Hóa liệu pháp liên quan đến việc điều chỉnh sự cân bằng hóa chất trong cơ thể thông qua việc uống thuốc. Trong Chương 11, chúng ta khảo sát chi tiết một số loại thuốc khác nhau được sử dụng trong công tác điều trị bệnh tâm thần, theo nghĩa tác dụng đối với hóa chất trong não. Sự xuất hiện của hóa liệu pháp và phát hiện rằng bệnh nhân bị rối loạn, kích động cao có thể làm cho trấn tỉnh khi sử dụng hóa chất, thực sự làm thay đổi khoa tâm thần, khi loại trừ nhu cầu áp dụng những biện pháp kiềm chế bạo lực, đôi khi dã man đã được áp dụng trước kia.

Liệu pháp sốc điện, còn gọi là **ECT** ở Anh và **EST** ở Mỹ, lần đầu tiên được phát triển như một cách điều trị tâm thần trong thập niên 1930, được sử dụng phổ biến cũng như bị lạm dụng trong thập niên 1950 và 1960. Nghiên cứu cho thấy liệu pháp hiệu quả đối với một số hình thức trầm cảm, nhưng Clare (1980) cho rằng có tác hại vì thường được sử dụng để điều trị các rối loạn tâm thần khác trong giai đoạn ấy, hoàn toàn không thích hợp.

Nói chung, ECT hoạt động bằng cách tạo ra cơn động kinh nhân tạo, đưa dòng điện đi qua não. Bệnh nhân được điều trị bằng ECT sẽ có những cơn co giật, được kiểm soát bằng cách cho uống thuốc dãn cơ, tiếp theo sau một thời kỳ mất định hướng trầm trọng. Điều trị được lặp đi lặp lại khoản 6 lần, cách ngày, thường có tác dụng thuyên giảm trầm cảm, có thể là do chứng mất trí nhớ – đối với bệnh nhân phải cần vài tiếng đồng hồ mới phục hồi trí nhớ hoàn toàn sau khi áp dụng liệu pháp ECT.

Việc sử dụng ECT qua nhiều năm đã được nâng cấp có hệ thống: dải vấn đề đi kèm với liệu pháp được hạn chế nhiều hơn, và phát triển những phiên bản mang tính cực đoan ít hơn. Chẳng hạn, một số nhà trị liệu tán thành kỹ thuật gọi là **ECT một bên** trong đó dòng điện chỉ đưa vào một bên não, làm giảm bớt một số tác dụng phụ, nhất là vấn đề ngôn ngữ nếu dòng điện đưa vào bên não phải (xem Chương 11), nhưng cũng có thái độ hoài nghi liệu cách điều trị có công hiệu như **ECT hai bên** dòng điện đưa vào cả hai bên não cùng lúc hay không (Abrams và người khác, 1983).

Loại can thiệp khác đối với hoạt động của não là vật lý: phẫu thuật não để cắt bỏ các bộ phận trong não hay để cắt rời các mối liên kết giữa một bộ phận này với một bộ phận khác trong não. Một số can thiệp này chẳng hạn như phẫu thuật gọi là **mở thùy** và **cắt thùy trước trán**, là những nỗ lực tạo ra những thay đổi chung về hành vi. Những phẫu thuật khác giải quyết căn bệnh cụ thể hơn, như phẫu thuật tách thể chai, được phát triển trong nỗ lực kiểm soát bệnh động kinh. Chúng ta sẽ nghiên cứu kết quả của những phẫu thuật này theo nghĩa tác dụng tâm lý học trong Chương 10.

VẤN ĐỀ CHẨN ĐOÁN TÂM THẦN

Mặc dù được rất nhiều người chấp nhận, nhưng dần dần người ta thấy rõ có nhiều vấn đề trong hệ thống phân loại của Kraepelin, và những hệ thống sau này đều dựa theo Kraepelin. Một số phân loại này có vẻ bao gồm nhiều nhóm đã được sử dụng nhưng những phân loại khác lại mang những vấn đề chung chung hơn đối với chính mô hình y tế.

Một trong những vấn đề chính trong hệ thống phân loại tâm thần, phân loại các rối loạn là áp dụng quan điểm tính bình thường theo dải rất hẹp không cần thiết áp dụng cho mọi người. Chúng ta sẽ nghiên cứu vấn đề định nghĩa tính bình thường vào cuối chương. Nhưng điều quan trọng phải thừa nhận những gì xem là "hành vi bình thường ở con người" có thể khác biệt nhau rất nhiều trong những nền văn hóa khác nhau và trong những nhóm xã hội khác nhau – không hề có liệt kê dứt khoát, tuyệt đối hành vi "bình thường".

Theo nghĩa những liệt kê triệu chứng này, sự khác nhau giữa hành vi bình thường và bất thường rất mơ hồ vì hầu hết triệu chứng là những triệu chứng ai cũng kinh qua ở mức độ nào đó. Chẳng hạn, tất cả chúng ta đều có những ngày hay những lúc cảm thấy hạnh phúc hay phấn chấn, có những ngày chúng ta ưu sầu hay trầm cảm. Tương tự ai cũng có lúc hoảng hốt, hay chấp nhận nghi thức mà mình cảm thấy buộc phải thực hiện nhưng điều này không làm cho chúng ta "loạn tâm thần". Nhiều người thích đắm mình trong thế giới tưởng tượng kỳ quặc khi đọc sách hay xem phim nhưng không hẳn họ có "nhân cách tự kỷ" những người phá kỷ lục tốc độ giới hạn hay lãng phí trong chuyến du lịch với thái độ vô tình được cho là mang đặc điểm của người loạn tâm thần.

Vì thế, nếu tất cả những hành vi này xảy ra hàng ngày, trong đời thường thì chúng ta định giới hạn ở đâu? Lời đáp là sau cùng trực giác lâm sàng được sử dụng để xác định liệu một cá nhân có bị "bệnh" hay không. Nhưng vì đây là cách đánh giá chủ quan, nên cũng thẳng thắn với những đánh giá giá trị tiềm thức – có nghĩa là một người bị gán cho là "bệnh" nếu người ấy không tuân thủ các tiêu chuẩn của nhà tâm thần học thuộc giai cấp trung lưu khi tiến hành đánh giá.

Vấn đề tính khả tín

Dĩ nhiên điều này có nghĩa nhiều nhà tâm thần học khác nhau sẽ khai thác, áp dụng tiêu chuẩn khác nhau. Năm 1956, Schmidt và Fonda sắp xếp cho hai nhà tâm thần học chẩn đoán 426 bệnh nhân sử dụng các nhóm chẩn đoán chính thức trên cơ sở hệ thống ban đầu của Kraepelin, mặc dù đã được mở rộng và xem lại. Họ nhận thấy các nhà tâm thần học có nhiều chẩn đoán rất khác nhau nhất là đối với các câu hỏi về bệnh tâm thần phân liệt và thiếu hụt trí năng. Tương tự, Beck *và người khác* (1962) trình bày dữ liệu lâm sàng giống hệt với các nhà tâm thần học trong hai dịp khác nhau. Khác biệt duy nhất trong thông tin họ cung cấp trong hai dịp là đổi tên bệnh nhân, cách diễn đạt trong báo cáo khác nhau không đáng kể. Beck nhận thấy các nhà tâm thần học có khuynh hướng chẩn đoán khác nhau trong các dịp khác nhau.

Nổi tiếng nhất trong những nghiên cứu này được Rosenhan tiến hành năm 1973. Rosenhan sắp xếp cho 8 người "bình thường" (một sinh viên tâm lý, ba nhà tâm lý học, một bác sĩ nhi khoa, một nhà tâm thần học, một họa sĩ và một bà nội trợ) tự mình trình bày trước văn phòng đánh giá thâu nhận vào bệnh viện tâm thần (những bệnh viện tâm thần này nhận bệnh với chẩn đoán ban đầu, trái với chăm sóc dài hạn). Mỗi người tham gia nghiên cứu giả vờ chỉ có một triệu chứng: họ nói rằng mình nghe giọng nói. Ngoài việc nói tên giả và nghề nghiệp, các chi tiết khác đều đúng.

Tất cả những người tham gia nghiên cứu được nhập viện điều trị, 8 người thì có đến 7 được chẩn đoán mắc bệnh tâm thần phân liệt. Ngay sau khi họ nhập viện, mỗi người tham gia nghiên cứu hành động hoàn toàn bình thường nhưng vẫn được đội ngũ y khoa xem là rối loạn. Một người tham gia nghiên cứu ghi lại nhật ký, hành động này được xem là minh họa của hoạt động bất thường với chú thích cảnh báo "bệnh nhân cứ thực hiện hành vi viết". Từ ngày nhập viện đầu tiên, những người tham gia nghiên cứu cũng cho biết họ không còn nghe giọng nói văng vẳng nữa, nhưng phải mất từ 7 đến 52 ngày tất cả mới được xuất viện. Cách lừa đó không hề bị nghi ngờ và khi 7 bệnh nhân được chẩn đoán là mắc bệnh tâm thần phân liệt thì đội ngũ y tế cho rằng bệnh tình của họ "đang thuyên giảm" – nói cách khác họ vẫn còn bệnh, nhưng ở trạng thái âm ỉ.

Trong một nghiên cứu tiếp theo sau, Rosenhan (1975) thông báo cho thành viên bệnh viện về nghiên cứu trước đây và cho họ biết rằng trong vài tháng tới sẽ có một số bệnh nhân "giả" như thế. Thực ra, không có bệnh nhân nào giả nhưng mỗi thành viên đội ngũ đều được yêu cầu đánh giá khả năng giả mạo của từng bệnh nhân mới. Trong số 193 bệnh nhân mới, có ít nhất một thành viên đội ngũ cho là 41 người "bình thường". Trong số này, 23 người được một nhà tâm thần học cho là bình thường, một bác sĩ nhi khoa và một người khác cho rằng có 19 người bình thường. Hai nghiên cứu của Rosenhan tạo ra thái độ hoài nghi liệu nghề tâm thần học có nghiêm túc trong việc phân biệt giữa hành vi "bình thường" và "bất thường" hay không.

Vấn đề tính giá trị

Một loạt vấn đề khác do những người phê bình mô hình y tế nhận dạng là cách sử dụng triệu chứng làm dấu chỉ báo rối loạn. Wittenborn (1951) sử dụng phân tích yếu tố đối với các triệu chứng khác nhau dùng để nhận dạng các nhóm chẩn đoán, và nhận thấy những người có cùng nhóm chẩn đoán đều có triệu chứng hoàn toàn khác nhau. Tương tự, Bannister (1968) chứng minh rằng đối với một người có thể có một số triệu chứng bệnh tâm thần phân liệt cơ bản trong khi người khác có những triệu chứng khác. Kết quả này khiến cho cả hai bị gán tên là mắc bệnh "tâm thần phân liệt" cho dù thực ra họ không có bất kỳ điểm chung nào. Những người chỉ trích cho rằng điều thật sự có ý nghĩa là những loại chẩn đoán này hoàn toàn chỉ là phỏng đoán hay biện minh chứ không phải là những phân loại khoa học có giá trị.

DSM-IV

Tính khả tin thấp trong các nhóm chẩn đoán tâm thần chuẩn cùng với nhiều thách thức xuất hiện trong thập niên 1960 và 1970, kết quả dẫn đến sự phát triển một hệ thống chẩn đoán tâm thần mới trong năm 1980 gọi là DSM-III, viết tắt của chữ Sổ tay thống kê và chẩn đoán rối loạn tâm thần, tái bản lần thứ ba (Hội tâm thần Mỹ, 1980). Một phiên bản cải biên, gọi là DSM-IV, ra đời năm 1994. Những hệ thống chẩn đoán này nhằm mục đích giải quyết nhiều thiếu sót trong các hệ thống phân loại trước đây chẳng hạn như cách chúng giải quyết các bệnh tâm thần như thể hoàn toàn bắt nguồn ở cá nhân và không có gì liên quan đến sự việc diễn ra trong đời sống bệnh nhân. DSM-IV được mô tả trong Khung 8.1.

Điều dễ thấy là DSM-IV khuyến khích giới y học nên có nhận xét "toàn diện" hơn đối với bệnh nhân hơn là hệ thống chẩn đoán ban đầu. Mặc dù 3 trục đầu tiên thuộc về phân loại y học nhưng hai trục sau cùng khuyến khích các nhà tâm thần học nghiên cứu thông tin xã hội và cá nhân trực tiếp góp phần tạo thêm căng thẳng ở cá nhân, vì thế ảnh hưởng đến việc phát sinh hay phát triển rối loạn chính. Một phần, tiếp cận chẩn đoán mới này ra đời vì sự không thừa nhận những cách thay thế trong việc khái niệm hóa hành vi bất thường, chúng ta sẽ khảo sát trong chương sau.

Các nhà tâm thần học cho rằng DSM-IV miêu tả một hệ thống chẩn đoán đáng tin hơn các phân loại tâm thần trước đây và tiếp tục được cải thiện. Có những khẳng định cho rằng DSM-IV đáng tin nhiều hơn các hệ thống phân loại trước đây mặc dù con số vẫn còn thấp, từ 50 đến 60%. Nghiên cứu chẩn đoán tâm thần quan trọng ra sao là đối với tương lai xã hội của một người, vấn đề vẫn còn một mức độ không tin tưởng như thế trong chẩn đoán.

Dĩ nhiên, ngoài ra DSM-IV vẫn còn là cách thể hiện mô hình y tế, cho rằng một trong những nguồn chính gây ra hành vi bất thường và rối loạn là một số loại

Khung 8.1 DSM-IV

Một trong những đặc điểm chính của DSM-IV, phân biệt nó với các phiên bản trước đây là sử dụng **cách đánh giá đa trục.** Đánh giá này không cố gắng xếp đặt rối loạn của bệnh nhân thành một loại duy nhất, thay vào đó, tập hợp thông tin về căn bệnh hiện tại (căn bệnh đang tìm cách điều trị) theo 5 yếu tố chung hay trục chung. Những trục này hướng sự chú ý của bác sĩ điều trị vào các yếu tố khác nhau sao cho có được bức tranh hoàn chỉnh hơn về những ảnh hưởng có liên quan và có thể áp dụng cách điều trị thích hợp. Năm trục gồm:

Trục I: rối loạn lâm sàng

Trục II: rối loạn nhân cách và giảm thiểu trí năng

Trục III: điều kiện y tế nói chung

Trục IV: rối loạn tâm lý xã hội và môi trường

Trục V: chức năng hoạt động tổng thể.

Hai trục đầu là những chẩn đoán tâm thần khá chuẩn. Trục I bao gồm danh sách quen thuộc các rối loạn tâm thần chẳng hạn như tâm thần phân liệt, rối loạn tâm trạng và rối loạn lo âu, cũng bao gồm nhiều nhóm tranh cãi hơn như rối loạn nhận dạng tình dục và giới tính, và rối loạn điều chỉnh như các chứng sợ trường học và căng thẳng công việc. Trục II liên quan mật thiết với các nhóm thứ hai và thứ năm của Kraepelin. Rối loạn xảy ra ở đây là những rối loạn không phải là chính nhưng làm cho căn bệnh trầm trọng hơn chẳng hạn như có khuynh hướng suy nghĩ hoang tưởng hay bất lực khi đối phó với sự cô độc.

Trục III liên quan đến một rối loạn y tế bất kỳ ảnh hưởng đến hành vi của bệnh nhân. Rối loạn như cao huyết áp hay bệnh tim góp phần cho sự căng thẳng chung mà bệnh nhân đang gánh chịu như sự căng thẳng cơ thể qua cơn bệnh hay tai nạn gần đây. Trục IV xét đến những vấn đề chẳng hạn như mất đi người thân, hôn nhân tan rã, mù chữ, nợ nần hay những tình huống riêng tư khác làm tăng thêm căng thẳng, ảnh hưởng đến bệnh tâm thần.

Trục V trình bày cách đánh giá chung hay tổng thể về hoạt động chức năng thực sự trong đời sống ở một người. Trục này nghiên cứu những khía cạnh tích cực trong hoạt động chức năng trong năm trước ở ba lĩnh vực: tâm lý học, xã hội và nghề nghiệp. Những người thường trở lại mức hoạt động chức năng thích hợp cao nhất một khi đã qua giai đoạn khó khăn tâm lý trước mắt, vì thế trục này đưa ra lời hướng dẫn cũng như nên điều trị theo cách nào. Đánh giá bao gồm việc cho điểm theo thang điểm từ 1 (có nghĩa nguy hiểm dai dẳng gây tổn hại nghiêm trọng đến chính mình và người khác) cho đến 100 (nghĩa là thể hiện hoạt động chức năng tốt hơn trong một dải rộng các hoạt động).

Vấn đề trong DSM-IV

Vẫn còn nhiều nghi vấn liệu loại hệ thống chẩn đoán này thực ra có đạt đến một quan niệm cân bằng, không mang thành kiến văn hóa đối với bệnh tâm thần hay không. Chẳng hạn cũng đáng lưu ý khi 5 trục chẩn đoán không chấp nhận sự khác biệt giữa văn hóa và những tiêu chuẩn văn hóa khác nhau rất nhiều từ nhóm này đến nhóm khác đến mức những gì được xem là hành vi hoàn toàn bình thường trong xã hội này nhưng lại mang tính lệch lạc nghiêm trọng trong xã hội khác.

Sổ tay hướng dẫn DSM-IV phát biểu *"không có hành vi lệch lạc (như chính trị,* *tôn giáo hay tình dục) cũng như mâu thuẫn chủ yếu giữa cá nhân và xã hội là những rối loạn tâm thần".* Sổ tay bổ sung *"trừ phi sự lệch lạc hay xung đột là triệu chứng của sự hoạt động sai chức năng ở cá nhân".* Nhưng vấn đề ở chỗ người đang được nhà tâm thần học chẩn đoán – khi có hoạt động sai chức năng nhưng thực ra họ hành động phù hợp với những suy nghĩ hay tiêu chuẩn văn hóa khác nhau. Vì thế bổ sung thêm ở đoạn cuối rất hiệu quả *"trừ phi nhà tâm thần học chẩn đoán hoạt động sai chức năng"* làm cho câu phát biểu về sự lệch lạc không phải là rối loạn tâm thần, trở nên hoàn toàn vô nghĩa.

"bệnh" tâm thần. Toàn bộ tiếp cận này trong tìm hiểu hành vi bất thường bị một số nhà phê bình đả kích, cũng đáng nghiên cứu tính chất của những ý kiến chỉ trích này.

Ý KIẾN CHỈ TRÍCH MÔ HÌNH Y TẾ

Một trong những chỉ trích mô hình y tế về rối loạn tâm thần to tiếng nhất là Thomas Szasz (1961). Szasz quả quyết rằng toàn bộ khái niệm "bệnh tâm thần" chỉ là chuyện hoang đường, không tượng trưng cho một khảo sát chi tiết. Mặc dù người ta sử dụng thuật ngữ y học để mô tả bệnh tâm thần, Szasz cho rằng người ta sử dụng tiêu chuẩn xã hội để định nghĩa chứ không phải tiêu chuẩn y khoa – giống như con người thích ứng với gia đình và bạn bè tốt đến mức nào hay duy trì trách nhiệm xã hội của họ. Chẩn đoán tâm thần, không như chẩn đoán cơ thể, chỉ là những đánh giá xã hội. Nhưng bất chấp những chẩn đoán này là vấn đề xã hội đang được nhận dạng, Szasz lập luận y học khẳng định rằng sử dụng phương pháp y học để "chữa trị" hay điều trị rối loạn là điều thích hợp.

Bệnh tâm thần hay bệnh thần kinh

Szasz cho rằng toàn bộ cách sử dụng từ bệnh tâm thần đều sai lầm vì nó chỉ ám chỉ vấn đề nói chung không phải là bệnh tâm thần. Ông cho rằng nếu giả sử một bệnh tâm thần phát sinh từ những khiếm khuyết thần kinh thì thực ra đó là bệnh thần kinh, nên được phân loại như thế chứ không phải bệnh "tâm thần". Vì thế các loại "bệnh tâm thần" đều có nguồn gốc hữu cơ cụ thể đúng ra không phải là bệnh tâm thần, và thật sai lầm khi gọi bằng từ này. Chúng chỉ là bệnh cơ thể. Trái lại, "bệnh tâm thần" không có nguồn gốc hữu cơ nói chung đều không phải là bệnh, mà chỉ là những rối loạn con người gặp phải trong cuộc sống.

Szasz mô tả **rối loạn cuộc sống** là một khái niệm hữu ích hơn "bệnh tâm thần" vì khái niệm này hướng sự chú ý đến việc giúp đỡ bệnh nhân thích nghi, hay giải quyết rối loạn của mình. Ông cho rằng ý nghĩa chúng ta muốn nói trong nhóm từ "bệnh tâm thần" thực ra là một tập hợp truyền đạt ý kiến bất thường, định khung theo cách bất thường. Nhưng y học (và cũng chính bệnh nhân) đón những ý kiến này trong bối cảnh hàm chứa nội dung – ý kiến về "tính bình thường", làm lệch hướng chú ý khỏi vấn đề chính, vấn đề bệnh nhân đang gặp rối loạn trong cuộc sống. Thay vì xem rối loạn như một vấn đề quan trọng nhất thì tiếp cận y tế hàm ý rối loạn của họ hoàn toàn được xem như một minh họa hậu quả "bệnh tâm thần". Vì thế điều trị tập trung vào cách "điều chỉnh" cá nhân, chứ không tìm cách phân loại rối loạn.

Rối loạn khác theo Szasz là cách mô hình y tế cố gắng điều trị tình trạng khỏe mạnh "cơ thể" và "tâm thần" như thể chúng như nhau trong khi thực tế chúng hoàn toàn khác nhau. Theo Szasz triệu chứng cơ thể là những biểu hiện xáo trộn cơ thể trong khi triệu chứng tâm thần liên quan đến việc bệnh nhân truyền đạt, giao tiếp với người khác hay với xã hội nói chung ra sao. Vì thế Szasz xem mô hình y tế đang nhầm lẫn giữa hai bối cảnh hoàn toàn khác nhau trong hành động của con người: bối cảnh sinh lý học và bối cảnh xã hội.

Ảnh hưởng của mô hình y tế

Szasz cho rằng có 4 lý do giải thích tại sao mô hình y tế, với tất cả những thiếu sót của nó, được nhiều người chấp nhận như thế trong xã hội hiện đại. Thứ nhất, nó có ảnh hưởng chi phối trong ngành y, tạo ra những quan điểm thay thế đáng bị giễu cợt hay làm thoái trí. Thứ hai, mô hình giúp làm giảm bớt sự mơ hồ khó chịu mà người khác trải qua khi gặp phải một người có hành động kỳ quặc. Thứ ba, mô hình biện minh việc loại những người như thế ra khỏi xã hội và chăm sóc tâm thần, nơi quanh họ không có người thân hay những người khác. Và thứ tư, chính bệnh nhân thường hoan nghênh cơ hội tự xem mình mắc "bệnh", vì điều này có nghĩa là họ không còn trách nhiệm đối với những gì đang xảy ra với mình nữa. Theo Szasz, tất cả những yếu tố này kết hợp với nhau tạo ra bức tranh tác động mạnh "bệnh tâm thần".

Quan điểm của Szasz bị Ausubel (1961) chỉ trích, ông không thừa nhận nhiều giả định của Szasz. Ausubel cho rằng thật là sai lầm khi khẳng định rằng triệu chứng tâm thần đơn thuần là những rối loạn trong đời sống, vì thế không thể được xem là kết quả của điều kiện bệnh lý, vì đối với một triệu chứng cụ thể, có thể là sự phản ánh các rối loạn trong đời sống đồng thời cũng là biểu hiện mắc bệnh.

Ausubel cũng không thừa nhận quan điểm của Szasz cho rằng chẩn đoán bệnh cơ thể phải theo tiêu chuẩn dứt khoát, không chủ quan trong khi chẩn đoán bệnh tâm thần bao gồm đánh giá xã hội. Ausubel cho rằng hầu hết các triệu chứng bệnh cơ thể đều gồm có một số yếu tố đánh giá chủ quan, về phần của bệnh nhân hay bác sĩ. Chẳng hạn bạn nghĩ rằng mình không khỏe đến mức nào mới đi khám bệnh? Bác sĩ nhận thấy triệu chứng của bạn nghiêm trọng đến mức nào mới khuyên bạn nên nghỉ để điều trị? Ausubel luôn cho rằng chẩn đoán chỉ là một phần trong bài tập xã hội nhưng không làm cho nó trở thành vô dụng.

Bệnh tâm thần như một khái niệm hữu ích

Chắc chắn, quan điểm của Szasz cho rằng bệnh tâm thần không hẳn cùng loại với bệnh cơ thể xem ra rất có giá trị. Nhưng mặt khác, nhóm từ "bệnh tâm thần" có thể hữu dụng vì dùng như dấu chỉ báo cho biết một người nào đó cần được điều trị tâm thần. Sarbin (1967) nêu rằng khái niệm bệnh tâm thần phát xuất như một phép ẩn dụ – điều trị những người *như thể* họ đang bệnh. Mặc dù, qua thời gian, phép ẩn dụ không còn nữa, và khái niệm "bệnh" được chấp nhận như thể là bệnh thật, và người ta bệnh thật sự. Szasz khẳng định rằng rối loạn nhân cách là kết quả của sự xung đột đạo đức và chọn lựa đạo lý, nhưng Ausubel nghĩ rằng có sự khác nhau giữa những trường hợp lầm lạc xã hội bình thường, như hành vi vô đạo đức và bệnh tâm thần. Mặc dù những khác biệt về chất này khó nêu ra, hoàn toàn lệ thuộc vào những gì mà chúng ta xem đó là hành vi "bình thường".

Ngoài ra, đánh giá hoàn toàn bị lạm dụng về mặt xã hội và chính trị. Đầu thế kỷ này đối với một số phụ nữ không phải là chuyện khác thường khi họ bị nhốt trong các bệnh viện tâm thần vì làm chướng mắt xã hội không chồng mà chửa: trong thập niên 1970, nhiều phụ nữ này vẫn còn được xem là bệnh nhân nhập viện dài hạn trong bệnh viện tâm thần. Ở Nga dưới thời Stalin, những người chính kiến bất đồng được xem là bệnh nhân tâm thần, dứt khoát bị giam cầm. Cohen (1988) chứng minh rằng trên khắp thế giới có hàng triệu bệnh nhân tâm thần vẫn còn bị bỏ mặc và lạm dụng. Vì thế chúng ta cần nghiên cứu thật cẩn thận cách định nghĩa hành vi bình thường hay bất thường.

ĐỊNH NGHĨA TÍNH BẤT THƯỜNG

Vấn đề ở chỗ hành vi nào là hành vi bất thường và hành vi nào không phải là hành vi bất thường là một vấn đề quan trọng vì ở một mức độ nào đó xã hội chúng ta dựa trên những khái niệm như thế. Quyền bỏ phiếu, quyền thừa kế hợp pháp chẳng hạn tùy thuộc vào giả định cho rằng một người nào đó có được xác định là "bình thường" hay "mất trí" hay không, vì những người "mất trí" có quyền lợi ít hơn và không được bỏ phiếu. Nhưng phân định giữa hai loại này không phải dễ dàng như thế. Có nhiều trở ngại vốn có trong việc định nghĩa hành vi nào là "bình thường" và hành vi nào là "bất thường".

Sự lệch lạc khỏi tiêu chuẩn

Một cách cố định nghĩa hành vi bất thường là việc chọn từ "bất thường" theo định nghĩa trong tự điển, có nghĩa là định nghĩa hành vi bất thường như hành vi khác với "tiêu chuẩn". Quan niệm này liên quan mật thiết với **tiếp cận thống kê** trong việc định nghĩa tính bất thường, dựa vào quan điểm cho rằng sự khác biệt trong hành vi con người có khuynh hướng rơi vào đường cong phân phối bình thường (xem Chương 6). Theo quan niệm này, hành vi bất thường là hành vi khác thường. Chẳng hạn, nếu chúng ta đề cập đến hướng nội – hướng ngoại, hầu hết mọi người đều ở mức "trung bình" – một điểm nào đó ở giữa thang điểm – và chúng ta định nghĩa những người ở hai cực là bất thường.

Tiếp cận này có vẻ là cách định nghĩa tính bất thường chính xác như mọi cách khác cho đến khi chúng ta bắt đầu xét đến những cách đánh giá khác. Chẳng hạn, điểm số trắc nghiệm trí năng cũng được phân phối bình thường. Nếu áp dụng định nghĩa thống kê, chúng ta nhận thấy người có IQ cực thấp sẽ được xem là bất thường. Nhưng người có IQ cực cao cũng bị xem là bất thường – tuy nhiên không phải nhiều người xem loại "bất thường" này là loại cần điều trị tâm thần.

Thậm chí khi chọn quan điểm lệch lạc khỏi tiêu chuẩn kém chính xác hơn, theo nghĩa chỉ xét đến hành động khác biệt với cách mà hầu hết mọi người hành động thì định nghĩa tính bất thường cũng không rõ ràng. Chẳng hạn vấn đề là tất cả mọi người đều là cá thể, như chúng ta đã biết khi xét đến lý thuyết xây dựng cá nhân trong Chương 7, mỗi người đều hiểu thế giới theo cách khác nhau, chúng ta có lịch sử quá khứ của riêng mình. Điều này có nghĩa chúng ta hành động theo cách khác nhau, có thói quen, sở thích và ý kiến của riêng mình. Một số người có cá tính được xem là "lập dị": nhiều nhà tư tưởng lớn và cải cách xã hội đều có đời tư khác hẳn với người khác. Trong khía cạnh ấy, họ chắc chắn khác với tiêu chuẩn, nhưng hầu hết chúng ta đều phải do dự khi gọi họ là bất thường.

Một số nhà tâm lý học cho rằng việc quyết định một hành vi cụ thể có phải là "lập dị" hoặc "bất thường" hay không là phải xét đến không gian sống. Một số người sống trong không gian của mình, hay trong ngôi nhà lớn, sẽ không ảnh hưởng đến người khác khi hành động không theo quy ước, nhưng một số người chia sẻ không gian sống của mình với người khác cần phải hành động theo cách tuân thủ quy ước xã hội nhiều hơn. Vì thế chúng ta nhận thấy đây không chỉ là vấn đề nghiên cứu hành vi khác với tiêu chuẩn mà còn là đánh giá những hành vi nào có thể được xã hội chấp nhận.

Tính tuân thủ xã hội

Tiếp cận tuân thủ xã hội trong định nghĩa tính bất thường là quan niệm cho rằng hành vi xem là bất thường nếu không tuân thủ điều mà xã hội mong đợi. Đây không chỉ là vấn đề con người làm gì – hành vi được xem là bình thường trong một tình huống có thể được xem là kỳ quặc hay đáng nhạo báng trong tình huống khác cho dù ở cùng nhóm người. Vấn đề là phải nghĩ con người nên làm gì. Nhiều người trong một trận đá banh hành động theo cách nào đó nhưng nếu một người trong số họ bắt đầu hành động theo cách tương tự trong khi đang đứng ở sân ga chờ xe lửa đến để đi làm, người đi cùng anh ta có lẽ nghĩ rằng đây là hành vi bất thường và chắc chắn sẽ khuyên anh ta nên đi tìm bác sĩ tâm thần chữa bệnh.

Mặc dù trở ngại trong tiếp cận này là dễ dẫn đến hình thức **thuyết quyết định xã hội** qua đó tính bất thường của cá nhân được định nghĩa theo sự tiếp kiến với họ hơn là theo nghĩa họ phải là những cá nhân như thế nào. Chúng ta không thể sử dụng loại định nghĩa này để hiểu đặc điểm của một cá nhân bất thường: nó chỉ cho chúng ta biết liệu cá nhân có tuân thủ với những gì mong đợi ở họ hay không. Ngoài ra, nó dễ bị chính trị lạm dụng – thực ra, một số nhà lý thuyết cho rằng nỗ lực định nghĩa tính bất thường nói chung là một hành động chính trị vốn có. Allman và Jaffe (1976) cho rằng những phân chia cơ bản như "bình thường/ bất thường" có thể xem là nỗ lực của xã hội trong việc cấu trúc và điều chỉnh thế giới. Họ cho rằng ý nghĩa thực sự của những khái niệm này là "có thể chấp nhận/ không thể chấp nhận" – liệu hành vi như thế có được xã hội sẵn sàng chấp nhận hay không.

Chẳng hạn, một số nhà nghiên cứu rất quan tâm đến thuật ngữ "hoạt động thái quá" hay "tổn thương não tối thiểu" sử dụng phổ biến trong trường học để mô tả học sinh không tuân theo sự kiểm soát truyền thống. Học sinh nào im lặng, ngồi tại chỗ, không mở miệng nói câu nào được xem là "bất thường" nhưng vì không trình bày cho giáo viên biết nên không được xem như thế. Trong những trường hợp ấy, nhãn hiệu tâm thần được sử dụng như một hình thức kiểm soát xã hội, đánh lạc hướng chú ý khỏi tình huống thực tế của trẻ hay khỏi sự nghiên cứu vấn đề rộng hơn bằng cách quả quyết có điều gì sai lầm, bất thường ở trẻ.

Tính tương đối văn hóa

Định nghĩa hành vi bất thường cũng khác nhau từ nền văn hóa này đến nền văn hóa khác. Một số nền văn hóa chấp nhận và tha thứ hành vi được xem là hoàn toàn không thể chấp nhận ở một nền văn hóa khác. Xã hội không bao gồm một số lượng người đồng nhất mà chia thành nhiều nền văn hóa phụ, có riêng quan điểm của mình về hành vi bình thường và bất thường. Chẳng hạn thanh niên có nhiều vấn đề với bố mẹ do thay đổi trong hai nhóm xã hội khác nhau với hai định nghĩa về hành vi bình thường hoàn toàn khác nhau.

Horsford (1990) cho rằng chẩn đoán tâm thần người da đen ở Anh thường không xét đến thực tế có nhiều tiêu chuẩn văn hóa khác nhau trong cách tương tác được xem là bình thường. Vì các bác sĩ tâm thần thường là người da trắng thuộc giai cấp trung lưu, ít kinh nghiệm về văn hóa của người da đen, điều này có nghĩa là bệnh nhân da đen thường được chẩn đoán là bất thường trong khi thực tế hành vi của họ hoàn toàn tuân thủ quy ước của văn hóa phụ mà họ đang sống.

Vấn đề hành vi bình thường khác nhau rất lớn từ nhóm này sang nhóm khác là một trong những vấn đề nổi cộm nhất trong cố gắng định nghĩa tính bất thường. Cá nhân thường được người khác, như gia đình, giáo viên, bạn bè hay bác sĩ khuyến khích yêu cầu được giúp đỡ tâm thần. Nhưng một số gia đình tha thứ cho hành vi lập dị, bất thường, trong khi các gia đình khác xem hành vi ấy chỉ là bình thường.

Tính bất thường như sự thích ứng

Freud (1901) xem hành vi bất thường chỉ khác về số lượng so với hành vi bình thường, chứ không hẳn là một loại hành vi khác. Ông cho rằng hành vi được định nghĩa là bất thường khi nó bắt đầu cản trở chức năng hoạt động bình thường của con người – nói cách khác, khi nó trở thành **kém thích nghi.** Ông cho rằng, hầu hết các triệu chứng đều có tính chất thích nghi làm nền tảng vì chúng dùng để giảm bớt sự căng thẳng và xung đột trong tiềm thức cá nhân. Về mặt này, chúng không khác với hành vi bình thường, là cái cũng làm giảm bớt căng thẳng và xung đột.

Nhiều lý thuyết tâm lý học khác xem hành vi lệch lạc như một nỗ lực thích ứng ở bệnh nhân. Tự mình trình bày cách điều trị tâm thần cũng được xem là một chiến lược tích cực. Melzack (1973) cho rằng có ba loại đánh giá mà con người phải làm khi họ nhận thấy mình "cần được giúp đỡ": thứ nhất, so sánh với người khác, thứ hai so sánh với tiêu chuẩn xã hội được chấp nhận (hay ý kiến về tiêu chuẩn được chấp nhận của người khác) và thứ ba tâm trạng bình thường của con người như sự khó chịu, chủ nghĩa cầu toàn hay có dấu hiệu tâm thần. Nhưng sẽ có nhiều khác biệt lớn trong cách con người sử dụng những tiêu chuẩn này – một người quyết định rằng lý do mà họ có thói quen buồn chán, khó chịu là vì xã hội họ đang sống quá buồn chán, trong khi người khác lại nghĩ bản thân mình có chuyện gì bất thường.

Rosenhan và Seligman (1984) cho rằng có 7 thuộc tính chúng ta có thể áp dụng để giúp mình quyết định liệu một cá nhân hay hành vi có phải bất thường hay không. Thứ nhất là **đau khổ:** liệu cá nhân có đau khổ hay khó chịu đang diễn ra trong đời sống hay không. Thứ hai là **tính thích nghi kém:** liệu cá nhân có kiểu mẫu hành vi hay suy nghĩ nào làm cho cuộc sống của họ khó khăn hơn, hơn là hỗ trợ họ. Thứ ba là **tính phi lý:** nếu cá nhân không thể lĩnh hội hay không thể truyền đạt với người khác theo cách có lập luận. Thứ tư là **tính không thể dự đoán:** nếu cá nhân hành động theo cách hoàn toàn không nghĩ đến đối với cá nhân ấy cũng như với người khác hay họ cảm thấy không thể kiểm soát.

Thuộc tính bất thường thứ năm mà Rosenhan và Seligman nhận dạng là **tính sống động và tính không theo quy ước:** liệu cá nhân có vẻ mang cảm giác sống động và cường độ mạnh hơn cảm giác ở người khác hay họ từng trải vấn đề theo cách khác hẳn với hầu hết người khác. Thứ sáu là **sự khó chịu quan sát:** liệu cá nhân có hành động theo cách mà người khác nhận thấy lúng túng hay khó theo dõi hay không. Và thứ bảy là **vi phạm tiêu chuẩn đạo đức và lý tưởng:** liệu cá nhân theo thói quen có vi phạm qui định đạo đức, luân lý được xã hội chấp nhận hay không.

Từ việc nghiên cứu những tiêu chuẩn này, chúng ta nhận thấy có sự không rõ ràng giữa việc định nghĩa tính bất thường theo cách tập trung vào sự đau khổ ở cá nhân và định nghĩa nó dưới dạng có được xã hội chấp nhận hay không. Bốn thuộc tính đầu tiên là những tiêu chuẩn liên quan đến việc con người có cuộc sống riêng của mình ra sao. Thứ năm là giới hạn: "tính không theo quy ước" xét cho cùng là một đánh giá xã hội vì nó tùy thuộc vào những gì mang tính quy ước. Thứ sáu và thứ bảy là những thuộc tính dứt khoát hành vi nào được xã hội chấp nhận và không chấp nhận.

Như chúng ta đã biết, hiểm họa trong những đánh giá xã hội như thế là chỗ chúng quá dễ dãi đến mức không tính đến tính đa dạng và đa nguyên trong cách sống của con người. Ngày càng có nhiều hiểu biết về cách áp dụng sai lầm chẩn đoán tâm thần ở phụ nữ và một số dân tộc thiểu số, do các bác sĩ tâm thần phần đông là nam giới, da trắng, giai cấp trung lưu không hiểu được tiêu chuẩn văn hóa của các nhóm bệnh nhân. Lịch sử cũng cho thấy về lâu dài phần không theo quy ước có thể đóng góp cho hầu hết các tiến bộ xã hội, thông qua những ý tưởng có thể xem là cấp tiến hay lệch lạc trong thời điểm của họ nhưng cuối cùng được mọi người công nhận là cần thiết hay hữu dụng.

Có những cách nghiên cứu tính bất thường khác. Chẳng hạn trường phái **nhân văn** như trong công trình của Carl Rogers, định nghĩa hành vi "bình thường" dưới dạng phát triển tâm lý tích cực, và sự phấn đấu thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình. Như chúng ta đã biết trong Chương 7, Rogers nhấn mạnh khía cạnh phấn đấu tích cực của hành vi lành mạnh về mặt tâm lý, và không phải hoàn toàn vắng mặt các dấu hiệu tiêu cực. Do đó, các nhà tâm lý học nhân văn xem hành vi bất thường như sự thất bại không đạt được sự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình và cách điều trị của họ phản ánh điều này. Vì thế, tiếp cận nhân văn giải quyết vấn đề theo chiều hướng khác: không phải định nghĩa tính bất thường mà định nghĩa điều gì cấu thành hành vi bình thường.

Định nghĩa tính bình thường

Như chúng ta đã biết, định nghĩa tính bất thường là một việc làm phức tạp. Một tiếp cận thay thế cố gắng định nghĩa tính bình thường hơn là tính bất thường, mặc dù trong nhiều cách, tính bình thường thậm chí còn khó định nghĩa hơn. Jahoda (1958) cho rằng cách tốt nhất định nghĩa tính bình thường là nên xét cần có những thuộc tính nào cho "đời sống tối ưu" – nói cách khác để con người có được sự thỏa mãn, hưởng thụ và thực hiện nhiều nhất từ cuộc sống của mình trong khi đóng góp tích cực cho xã hội.

Sáu "yếu tố đời sống tối ưu" được Jahoda nhận dạng trong Bảng 8.1. Sử dụng tiêu chuẩn như thế này tránh việc nêu cụ thể những hành vi đúng, có nghĩa là tiêu chuẩn có khả năng bao gồm tính đa dạng văn hóa và cách sống nhiều hơn. Nhưng chắc chắn chẩn đoán tâm thần là một hình thức đánh giá xã hội. Vì thế một số hiểu biết về tính đa nguyên văn hóa ở con người khi chẩn đoán là điều cần thiết, khi xét đến tác động chẩn đoán tâm thần có nhiều ảnh hưởng đến diễn tiến đời sống.

Bảng 8.1 Yếu tố đời sống tối ưu (Jahoda)

Thái độ tích cực về chính mình	Cá nhân có mức độ tự trọng tích cực hợp lý.
Tăng trưởng và phát triển	Cá nhân không tĩnh tại hay thụ động trong đời sống mà tỏ ra chủ động trong việc sử dụng và phát triển khả năng, tài năng của riêng mình.
Tính tự chủ	Cá nhân nên hành động độc lập và phán đoán hợp lý.
Nhận thức chính xác	Cá nhân nên có cách nhìn thực tế điều gì đang diễn ra trong thế giới của mình.
Cạnh tranh môi trường	Cá nhân nên giải quyết các nhu cầu trong tình huống và hoàn cảnh của mình thật hiệu quả.
Quan hệ tích cực giữa cá nhân với nhau	Cá nhân phải tiến hành và có mối quan hệ gắn bó với người khác.

Nguồn: Jahoda, 1958

Chúng ta nhận thấy rằng quá trình định nghĩa tính bất thường không phải là một quá trình đơn giản, cần phải nghiên cứu nhiều các lý thuyết mặc nhiên của con người xem hành vi nào là bình thường và bất thường. Bản thân mô hình y tế mặc dù được nhiều người chấp nhận vẫn là lý thuyết hành vi bất thường, cũng như có nhiều lý thuyết khác được đề xuất. Mỗi lý thuyết đưa ra những giả định khác nhau về điều gì cấu thành hành vi bất thường. Trong chương sau, chúng ta xét đến một số mô hình thay thế mô hình y tế do các nhà tâm lý học đề xuất khi nghiên cứu người bị rối loạn.

RỐI LOẠN CỤ THỂ

Phần còn lại của chương này, chúng ta khảo sát một số rối loạn cụ thể xảy ra thường xuyên nhất, được mô hình y tế nhận dạng, và một số đặc điểm của chúng.

BỆNH TÂM THẦN PHÂN LIỆT

Bệnh tâm thần phân liệt là một trong những hình thức rối loạn tâm thần nghiêm trọng nhất. Như chúng ta đã biết ở đầu chương, bệnh được phân loại là loạn tâm thần, nhưng có sự khác biệt đáng kể về thời gian kéo dài và hình thức của bệnh. Tên tâm thần phân liệt ám chỉ sự cắt đứt giữa suy nghĩ và thực tại: quan niệm cho rằng bệnh nhân rút khỏi thực tại để bước vào thế giới riêng tư, bao gồm ảo giác, hoang tưởng hay nhận thức sự kiện thực tế theo cách phi lý.

Hệ thống phân loại DSM-IV nhận dạng ba nhóm phụ tâm thần phân liệt chính. **Tâm thần phân liệt trương lực** mang đặc điểm xáo trộn trong cử động, con người không thể cử động được, bị khóa chặt không thể trương động trong điều gọi là **trương lực**, hay tỏ ra quá tích cực và thể hiện hoạt động cơ thể quá mức. **Tâm thần phân liệt paranoid** thường trải qua những đợt hoang tưởng nhưng con người cố gắng chống lại nó, hay từ những hoang tưởng nhiều đến mức họ nghĩ mình là những nhân vật cực kỳ quan trọng và có quyền thế. Và **tâm thần phân liệt hỗn độn** (trước đây gọi là tâm thần phân liệt tuổi thanh xuân) thể hiện hành vi rối loạn có vẻ xa lạ hay không thích hợp đến mức phải chú ý đối với tình huống của họ, và thường tỏ ra vô cùng lãnh đạm đối với xã hội.

Nguồn gốc của bệnh tâm thần phân liệt đã được nghiên cứu hơn một thế kỷ, như chúng ta đã biết nhiều giải thích khác nhau được đưa ra trong những thời điểm khác nhau có khuynh hướng phản ánh những quan tâm chung của xã hội trong những thời điểm ấy. Nói chung, có vẻ có 4 yếu tố liên quan đến sự khởi phát bệnh tâm thần phân liệt. Mỗi yếu tố trong số 4 yếu tố này vào thời điểm này hay thời điểm khác được xem là nguyên nhân duy nhất dẫn đến rối loạn, nhưng suy nghĩ hiện đại thường kết hợp chúng lại hơn là xét từng yếu tố. Bốn yếu tố gồm: di truyền, ảnh hưởng gia đình, hóa học não và vai trò xã hội.

Lý thuyết di truyền của bệnh tâm thần phân liệt

Năm 1938, Kallmann cho rằng bệnh tâm thần phân liệt là một rối loạn mang tính di truyền. Năm 1946 và 1952, ông báo cáo chứng cứ từ nghiên cứu trẻ song sinh: 691 cặp song sinh trong năm 1946 và 953 cặp song sinh trong năm 1952, mà ông khẳng định là chứng cứ thuyết phục cho lý thuyết của mình. Kallmann nhận thấy các cặp song sinh cùng trứng có tỉ lệ phù hợp là 86,2% đối với bệnh tâm thần phân liệt, trong khi các cặp song sinh hai hợp tử biểu hiện tỉ lệ phù hợp chỉ 14,5%. Điều này ngụ ý rằng bệnh tâm thần phân liệt phần lớn có nguồn gốc di truyền.

Công trình của Kallmann được nhiều người chấp nhận, và chứng tỏ có rất nhiều ảnh hưởng. Không có nghiên cứu nào lấy mẫu nhiều như thế cũng như có tỉ lệ phù hợp cao như thế. Lý thuyết bệnh tâm thần phân liệt do di truyền được nhiều người trong giới y khoa tán thành, và số liệu thống kê vô cùng thuyết phục của Kallmann được trích dẫn trong hầu hết các sách giáo khoa. Chúng cũng có ảnh hưởng đến xã hội, ấn tượng nhất trong số này là chúng được dùng để bào chữa cho chính sách tận diệt người bệnh tâm thần phân liệt trong các trại tập trung của Đức quốc xã.

Tuy nhiên, cũng như với một số chứng cứ nghiên cứu trẻ song sinh chúng ta khảo sát trong Chương 6, phần lớn nghiên cứu lấy số liệu thống kê này làm cơ sở đều sai lầm nghiêm trọng. Marshall (1984) nêu rằng Kallmann có khuynh hướng đánh giá liệu trẻ song sinh có giống hệt nhau hay không sau khi ông đã chẩn đoán bệnh tâm thần phân liệt. Kallmann quả quyết có thể nhận dạng các thành viên trong gia đình có khuynh hướng mắc bệnh cho dù họ chưa gặp rối loạn như thế và trong 14 trường hợp ông thay đổi chẩn đoán của bệnh viện để cho hợp với quan điểm của mình.

Vấn đề trong hành động này giống như số liệu thống kê giả mạo của Cyril Burt về trí năng, số liệu thống kê của Kallmann đã ảnh hưởng rất nhiều đối với quan điểm của các nhà nghiên cứu khác trong ngành. Kết quả từ các nhà nghiên cứu sau này kém ấn tượng hơn, có sự khác biệt đáng kể giữa kết quả nghiên cứu được tiến hành trước thập niên 1960 và sau đó. Nghiên cứu sau này dường như sử dụng tiêu chuẩn có hệ thống hơn trong việc chẩn đoán bệnh tâm thần phân liệt, phản ánh sự phát triển trong hệ thống phân loại chẩn đoán đang được sử dụng. Bảng 8.2 trình bày kết quả của các nghiên cứu này.

Điều quan trọng cần nhớ là nên chú ý khi giải thích chứng cứ từ các nghiên cứu trí năng ở trẻ song sinh cũng như một số loại nghiên cứu tương tự đối với bệnh tâm thần phân liệt. Chẳng hạn, nhận xét rằng trẻ song sinh cùng trứng có kinh nghiệm giống nhau nhiều hơn là trẻ song sinh khác trứng đang kéo dài dai dẳng trong việc giải thích nghiên cứu trẻ song sinh bệnh tâm thần phân liệt cũng như giải thích nghiên cứu trẻ song sinh trí năng.

Chúng ta nhận thấy trong Bảng 8.2, phần đông các nghiên cứu song sinh gần đây cho thấy tỉ lệ phù hợp thấp nhất giữa trẻ song sinh cùng trứng. Chúng ta nhận thấy mặc dù có một số ngụ ý cho rằng bệnh tâm thần phân liệt có lẽ mang thành phần di truyền nhưng không phải là loại chứng cứ cần thiết để mô tả bệnh tâm thần phân liệt như một rối loạn di truyền.

Ảnh hưởng gia đình

Nhận xét rằng đặc điểm hay rối loạn trong gia đình không tự động hàm ý là nó mang tính di truyền: nó chỉ có nghĩa rằng thành viên trong gia đình ảnh hưởng với nhau theo các chiều hướng không đổi.

Năm 1956, Bateson *và người khác* cho rằng một số gia đình có khuynh hướng gây bệnh tâm thần phân liệt ở các thành viên, bằng cách liên tục đặt họ vào những tình huống không thể chấp nhận được, mà Bateson *và người khác* gọi là **double-binds**. Vấn đề này được đề cập chi tiết trong chương sau, do đó, một số người bị ràng buộc kép, bị đặt trong tình huống họ phải chọn giữa hai mệnh lệnh mâu thuẫn nhau và không thể lảng tránh vấn đề. Bateson *và người khác* cho rằng một số gia đình sử dụng những kỹ thuật này liên tục và họ thường nhắm một số thành viên cụ thể trong gia đình là mục tiêu, kết quả những người này mắc bệnh tâm thần phân liệt.

Lý thuyết bệnh tâm thần phân liệt của Bateson và người khác, cho rằng bệnh tâm thần phân liệt có nguyên nhân từ sự tương tác gia đình bị rối loạn. Một số gia đình mắc bệnh **tâm thần phân liệt** có các mẫu tương tác xáo trộn khiến cho họ đặc biệt có khả năng gây bệnh tâm thần phân liệt ở các thành viên.

Bảng 8.2 Nghiên cứu song sinh bệnh tâm thần phân liệt

Nhà nghiên cứu	*Năm*	*Tỷ lệ phù hợp đối với* *Trẻ song sinh MZ*	 *Trẻ song sinh DZ*	*N*
Fischer	1973	24	10	MZ = 21 DZ = 41
Gottesman và Shields	1972	42	9	MZ = 24 DZ = 33
Tienari	1971	16	5	MZ = 19 DZ = 20
Pollen *và người khác*	1969	14	4	MZ = 95 DZ = 125
Kringlen	1967	25	4	MZ = 55 DZ = 90
Inouye	1961	60	18	MZ = 55 DZ = 11
Slater	1953	65	14	MZ = 37 DZ = 58
Essen-Moller	1941	64	15	MZ = 11 DZ = 27
Rosanoff *và người khác*	1934	61	13	MZ = 41 DZ = 53
Luzenburger	1929	58	0	MZ = 19 DZ=13

Nguồn: Phỏng theo Rosenhan và Seligman, 1984

Lưu ý: *N* ám chỉ số trường hợp tham gia nghiên cứu. Trong trường hợp này, có nghĩa là số cặp song sinh trong mỗi nghiên cứu. MZ tượng trưng cho trẻ song sinh cùng trứng, DZ tượng trưng cho trẻ song sinh khác trứng. Vì thế, chẳng hạn nghiên cứu của Fischer có 21 cặp trẻ song sinh cùng trứng, và 41 cặp trẻ song sinh khác trứng.

Tỉ lệ phù hợp là liệu một cặp song sinh có cùng một đặc điểm cụ thể hay không. Nếu cả hai trẻ song sinh có chung một đặc điểm thì được cho rằng "phù hợp" với đặc điểm cụ thể ấy. Con số phù hợp trong bảng là tỉ lệ %: thể hiện số cặp song sinh trong nghiên cứu phù hợp với bệnh tâm thần phân liệt ở tỉ lệ nào. Vì thế, trong nghiên cứu của Fischer, 24% số cặp song sinh MZ trong nghiên cứu đều được chẩn đoán mắc bệnh tâm thần phân liệt trong khi trường hợp của các cặp song sinh DZ là 10%.

Lidz (1975) phân biệt giữa hai loại gia đình tâm thần phân liệt. Thứ nhất là **gia đình ly giáo** trong đó gia đình bị phân chia trong một trò chơi quyền lực giữa hai bố mẹ. Con cái trong gia đình trở thành những quân cờ trong trò chơi. Yêu cầu mâu thuẫn nhau phát sinh từ hai bên có nghĩa là trẻ rơi vào tình trạng chịu sức ép tâm lý không thể chấp nhận được. Loại gia đình tâm thần phân liệt thứ hai được

Lidz nhận dạng là **gia đình lệch lạc.** Trong loại này, gia đình không chủ động chia tách nhưng bố hay mẹ nắm quyền thống trị, áp đặt quan điểm của riêng mình đối với cả gia đình, phớt lờ nhu cầu xúc cảm của các thành viên khác trong gia đình, áp đặt sinh hoạt thường nhật của họ.

Có nhiều chứng cứ ủng hộ quan điểm cho rằng bệnh tâm thần phân liệt phát sinh từ những tương tác gia đình bị xáo trộn, đáng kể nhất là của nhà tâm thần học R.D. Laing (1961). Chúng ta sẽ khảo sát công trình của Laing chi tiết hơn, và khi có sự ra đời của **liệu pháp gia đình** kết quả trực tiếp của tiếp cận tìm hiểu bệnh tâm thần này trong Chương 9.

Giả thuyết dopamine

Phần lớn triệu chứng bệnh tâm thần phân liệt giống với triệu chứng ở những người dùng thuốc tạo ảo giác chẳng hạn như LSD. Do đó, một số nhà nghiên cứu cho rằng bệnh tâm thần phân liệt xuất hiện là do sự mất cân bằng hóa chất trong não, giống như sự mất cân bằng do những thuốc này tạo ra. Vì chất truyền thần kinh **dopamine** có vẻ rất tích cực trong ảnh hưởng của thuốc tạo ảo giác như LSD, Iversen và Iversen (1975) cho rằng bệnh tâm thần phân liệt phát sinh là do có quá nhiều dopamine trong não.

Trong Chương 11, chúng ta sẽ khảo sát nhiều nhóm thuốc có ảnh hưởng đến bộ não, nhưng ở đây cũng đáng đề cập là giả thuyết dopamine được ủng hộ bởi nhận xét rằng thuốc phenothiazine rất công hiệu trong việc điều trị bệnh tâm thần phân liệt – ít nhất theo nghĩa người bệnh khi dùng thuốc hành vi sẽ bớt rối loạn và lệch lạc. Các nhà sinh lý học thần kinh nhận thấy thuốc phenothiazine có vẻ tác động bằng cách phong tỏa các vùng tiếp nhận dopamine trong não sao cho dopamine không thể được sử dụng như một hóa chất chất truyền thần kinh. Điều này có nghĩa, đối với những người uống thuốc phenothiazine, hoạt động dopamine trong não sẽ kém hơn.

Nhận xét khác có vẻ tán thành giả thuyết dopamine bao gồm việc so sánh với một chứng bệnh thần kinh cụ thể: bệnh Parkinson. Người mắc bệnh này thường bị cứng cơ, cơ bắp co giật, ngày càng trầm trọng hơn. Nếu được chữa trị bằng thuốc L-dopa, loại thuốc làm tăng lượng dopamine trong não, triệu chứng thuyên giảm. Bệnh nhân tâm thần được điều trị dài hạn bằng thuốc phenothiazine thường có triệu chứng cơ bắp co giật và cứng cơ giống với bệnh Parkinson, là do thuốc liên tục làm tan lượng dopamine.

Vấn đề trong giả thuyết dopamine – nguyên nhân gây bệnh tâm thần phân liệt là việc giả thuyết chỉ tập trung vào một mức độ giải thích, phớt lờ mọi vấn đề khác đang diễn ra. Nhưng hành vi con người hiếm khi nào phát sinh chỉ từ một nguyên nhân riêng lẻ – gần như lúc nào cũng có nhiều yếu tố phối hợp để tạo ra một kết quả. Như chúng ta đã biết, ảnh hưởng gia đình rất quan trọng trong việc phát triển bệnh tâm thần phân liệt và những tác nhân tâm lý xã hội cũng là nguyên nhân.

Yếu tố xã hội

Nhiều nghiên cứu chứng minh rằng bệnh tâm thần phân liệt không được phân bố đều trong dân số. Thay vào đó, bệnh chỉ tập trung vào những bộ phận dân số có địa vị kinh tế xã hội thấp nhất. Srole *và người khác* (1962) chứng minh rằng nghề nghiệp địa vị thấp có tỉ lệ mắc bệnh tâm thần phân liệt nhiều hơn nghề nghiệp địa vị cao. Tuy nhiên, mối quan hệ này có vẻ liên quan đến căng thẳng kinh tế, xã hội nhiều hơn địa vị kinh tế xã hội vì Clausen và Kohn (1959) cho thấy mối quan hệ mật thiết giữa bệnh tâm thần phân liệt và giai cấp xã hội thể hiện rõ trong các thành phố lớn nhưng không rõ trong các thị trấn nhỏ.

Kohn (1973) cho rằng sự liên hệ giữa giai cấp xã hội và bệnh tâm thần phân liệt dễ thấy trong các thành phố lớn có thể là do chiến lược đối phó với stress của cá nhân. Cho rằng giai cấp lao động thường chú ý đến tính tuân thủ nhiều hơn giai cấp trung lưu, Kohn cho rằng điều này có nghĩa là khi đối mặt với stress họ có tài nguyên cá nhân ít hơn. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu khác tỏ vẻ hoài nghi đối với lập luận này, trên cơ sở cho rằng giai cấp lao động thường trải qua căng thẳng thực sự trong đời sống thường nhật nhiều hơn, điều này chắc chắn là nguồn gây ra rối loạn hơn là cách họ đối phó với căng thẳng.

Mô hình căng thẳng-thể tạng của bệnh tâm thần phân liệt

Quan niệm cho rằng có sự liên hệ giữa căng thẳng và bệnh tâm thần phân liệt trở thành nền tảng của cách tiếp cận tìm hiểu rối loạn trong thời gian gần đây. Chứ không phải chọn một khả năng bất kỳ trong số 4 khả năng có thể là "nguyên nhân" gây bệnh tâm thần phân liệt, các nhà lý thuyết hiện đại cho rằng chính **sự tương tác** giữa chúng mới là quan trọng.

Strauss và Carpenter (1981) cho rằng việc chọn tất cả các loại nghiên cứu bệnh tâm thần phân liệt cần phải cân nhắc, thì có thể xem một người nào đó mang tố chất di truyền đối với bệnh tâm thần phân liệt, bệnh sẽ phát triển nếu cá nhân ấy tìm thấy một trong một số loại môi trường, giống như môi trường có sự căng thẳng cực độ trong gia đình, nhưng bệnh không phát triển trong những tình huống khác. Cách mà tố chất di truyền hoạt động dễ dàng bằng việc tạo ra mức độ cao hơn của một số chất truyền thần kinh nào đó trong não.

Trong mô hình thể tạng-căng thẳng, thường được gọi là mô hình tâm thần phân liệt thương tổn, không có tác nhân riêng rẽ nào được xem là "nguyên nhân" gây bệnh tâm thần phân liệt. Thay vào đó, bệnh tâm thần phân liệt được xem là kết quả của nhiều yếu tố khác nhau, tất cả phối hợp lại với nhau. Có thể cho rằng cá nhân thừa hưởng một tố chất di truyền khiến cho họ dễ bị các yếu tố căng thẳng xã hội và giữa cá nhân với nhau làm cho thương tổn. Trong điều kiện bình thường, người như thế có khả năng đối phó rất tốt với sinh hoạt thường nhật. Nhưng khi đối mặt với căng thẳng cực độ, do sự tương tác trong gia đình bị xáo trộn, nghề nghiệp hay thất nghiệp hay một số kiềm chế khác, họ dễ bị thương tổn, không thể đối phó, phát bệnh tâm thần phân liệt. Leff (1992) đề cập mô hình này giải thích cho nhiều nhận xét về việc khỏi bệnh tâm thần phân liệt bao gồm sự công hiệu khi gia đình can thiệp sau khi bệnh nhân xuất viện.

Vẫn còn nhiều ý kiến khác nhau về tâm thần phân liệt thương tổn. Chẳng hạn có người cho rằng tố chất di truyền có thể là một khuynh hướng gien cụ thể hướng đến sự phát triển bệnh. Người khác nghĩ rằng tố chất di truyền có thể quá nhạy cảm trước tác nhân căng thẳng trong xã hội, con người sinh bệnh do chỉ có chiến lược đối phó duy nhất.

Điều đặc biệt thú vị về mô hình thương tổn là cách mô hình phản ánh một trong những cách điều trị rối loạn tâm thần sớm nhất, thành công nhất: đạo đức liệu pháp của Pinel. Quan niệm cho rằng những người như thế có thể sống cuộc đời bình thường nhưng cần được bảo vệ tránh sự ức chế quá mức hoàn toàn phù hợp với ý định của Pinel. Sẽ không đúng nếu cho rằng bánh xe đã quay trọn vòng vì hiện nay chúng ta biết về bệnh tâm thần phân liệt nhiều hơn trước kia nhưng chắc chắn vòng xoáy kiến thức có vẻ gần đạt đến điểm giống với vị trí ban đầu của Pinel.

TRẦM CẢM LÂM SÀNG

Trầm cảm là một điều gì đó ai cũng gặp phải trong đời sống, ít nhất ở hình thức ôn hòa. Không phải là khác thường khi cảm thấy trầm cảm, đau buồn hay thất vọng sau một số biến cố xáo trộn trong đời sống, như kết thúc một chuyện tình hay thi trượt một kỳ thi quan trọng. Loại trầm cảm này chỉ là một phần trong đời sống bình thường: không ai có cuộc đời lúc nào cũng vui vẻ. Tất cả chúng ta đều có lúc vui, lúc buồn vào những thời điểm khác nhau. Tuy nhiên đôi lúc trầm cảm trở nên nghiêm trọng hơn và phát triển thành cái gọi là **rối loạn trầm cảm** hay trầm cảm lâm sàng.

Các loại trầm cảm

Trầm cảm lâm sàng có nhiều hình thức khác nhau. Kinh nghiệm trầm cảm lâm sàng ở một số người là sự kết hợp các thời kỳ trầm cảm với các thời kỳ gọi là **hưng cảm** – phấn chấn quá mức, nói nhiều, thổi phồng sự tự trọng, và v.v... . Loại trầm cảm này còn gọi là **trầm cảm lưỡng cực** vì tâm trạng của con người dao động giữa hai thái cực. Một thuật ngữ khác để gọi rối loạn này là **loạn tâm thần hưng – trầm cảm** thường được phân loại trong các rối loạn tâm thần.

Tuy nhiên, đối với người khác, rối loạn trầm cảm ở họ hoàn toàn khác nhau, chỉ có thời kỳ trầm cảm, không có thời kỳ hưng cảm. Loại trầm cảm này gọi là **trầm cảm đơn cực**, là một trong những dạng bệnh tâm thần phổ biến nhất. Bệnh mang đặc điểm bệnh thần kinh hơn là bệnh tâm thần mặc dù điều này có thể thay đổi. Trầm cảm đơn cực mang đặc điểm lãnh đạm, thờ ơ, thiếu sinh khí và cảm giác nói chung là buồn chán. Người bị trầm cảm thường khó tập trung, thường nghĩ rằng cố gắng thay đổi tình huống của mình là chuyện vô ích. Họ thường có suy nghĩ về mình rất tiêu cực, và cho rằng tương lai là vô vọng.

Tóm tắt trầm cảm Beck, cách đánh giá triệu chứng trầm cảm, liệt kê 8 triệu chứng trầm cảm khác nhau, thể hiện trong Bảng 8.3. Không phải ai cũng có mọi triệu chứng, một số người có triệu chứng nhưng không bị trầm cảm lâm sàng, vì thế tóm tắt không có dụng ý xem là cách chẩn đoán trầm cảm. Thay vào đó, có ý định giúp thầy thuốc lâm sàng đánh giá trầm cảm ở mức độ nào, bao gồm triệu chứng gì sau khi chẩn đoán trầm cảm.

Bảng 8.3 Yếu tố đời sống tối ưu (Beck)

Tóm tắt trầm cảm Beck nhận dạng tám triệu chứng trầm cảm, chia thành bốn nhóm: tâm trạng, suy nghĩ, động cơ và triệu chứng cơ thể

Tâm trạng	**U sầu**	Cảm giác buồn rầu hay không vui.
	Quan tâm người khác	Không hòa đồng, không quan tâm đến người khác.
Suy nghĩ	**Bi quan**	Cho rằng tương lai vô vọng hay u ám.
	Thất bại	Cảm nghĩ bản thân không có thành công trong đời sống, hay thất bại trong tư cách con người.
Động cơ	**Thúc đẩy công việc**	Khó thúc đẩy bản thân làm việc gì.
	Tự vẫn	Cảm thấy chết sẽ sướng hơn.
Cơ thể	**Thèm ăn**	Không nghĩ đến chuyện ăn uống, không hề thèm ăn.
	Mất ngủ	Không ngủ được, thức dậy sớm.

Mỗi triệu chứng được cho điểm từ 0-3 tùy theo mức độ nghiêm trọng, vì thế cung cấp cho thầy thuốc lâm sàng một khái niệm về loại trầm cảm chung hay cụ thể ở bệnh nhân thuộc mức nào.

Nguồn: Phỏng theo Beck, 1967

Nói chung có hai loại trầm cảm chính, liên quan đến lúc khởi phát, gọi là trầm cảm ngoại sinh và trầm cảm nội sinh. Tên gọi liên quan đến lý thuyết về điều gì tạo ra trầm cảm: ngoại sinh nghĩa là "đến từ bên ngoài" trong khi nội sinh nghĩa là "đến từ bên trong". Vì thế **trầm cảm ngoại sinh** là trầm cảm có nguyên nhân bên ngoài có thể nhận dạng, giống như bị trầm cảm sau khi bố mất, hay sau khi bị lạm dụng tình dục hay bị cưỡng hiếp. Vì lý do ấy, đôi khi còn gọi là trầm cảm phản ứng. Trái lại, **trầm cảm nội sinh** là trầm cảm có vẻ đến từ bên trong cơ thể hơn là từ tác nhân gây căng thẳng cho đời sống đến từ bên ngoài.

Theo nghĩa chẩn đoán lâm sàng, chẩn đoán trầm cảm nội sinh trong thực tế thường tính đến trầm cảm có vẻ xuất hiện nhưng không có nguyên nhân duy nhất có thể nhận dạng. Nhưng, như chúng ta đã biết, chẩn đoán chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố văn hóa, xã hội. Brown và Harris (1978) chứng minh rằng trầm cảm nội sinh là một rối loạn phổ biến trong khi lấy mẫu rộng các bà nội trợ ở London, nhưng liên kết mật thiết với sự cách ly xã hội chẳng hạn như không có bạn bè hay chồng, vợ và các yếu tố xã hội khác. Tương tự, Leff, Roatch và Bunney (1970) chứng minh rằng trầm cảm nội sinh được đoán trước bằng nhiều sự kiện gây căng thẳng trong đời sống, nhưng những căng thẳng này thường là sự kết hợp của toàn bộ các rối loạn liên tục chứ không phải là những sự kiện ấn tượng riêng lẻ.

Tuy nhiên, có vẻ có những khác biệt trong triệu chứng đi kèm với trầm cảm nội sinh và trầm cảm ngoại sinh, ở chỗ trầm cảm nội sinh chắc hẳn bao gồm những triệu chứng nghiêm trọng chẳng hạn như lãnh đạm, thờ ơ, không có hứng thú trong đời sống, thức giấc vào sáng sớm và có hành vi tự tử hơn là trầm cảm ngoại sinh. Vì thế có thể hai loại tượng trưng cho các hình thức trầm cảm khác nhau thậm chí lý thuyết ngụ ý qua tên gọi có vẻ không phù hợp.

Giải thích trầm cảm theo di truyền

Có nhiều nỗ lực khác nhau để giải thích lý do tại sao một số người bị trầm cảm trong khi người khác lại không. Một giả định cho rằng trầm cảm mang tính di truyền. Nghiên cứu các cộng đồng gia đình họ hàng gần đã bị cách ly với thế giới hiện đại, như cộng đồng người Amish ở Mỹ, cho thấy trầm-hưng cảm xuất hiện ở nhiều gia đình. Vì những cộng đồng này có ghi chép các thế hệ trước, nên có thể nhận dạng cá nhân mắc bệnh hưng-trầm cảm trong gia đình nào. Khẳng định cho rằng những cây phả hệ này cung cấp chứng cứ cho thấy trầm cảm mang tính di truyền.

Có một số vấn đề trong nghiên cứu thuộc loại này không phải ít nhất ở chỗ nghiên cứu mang tính **hồi tưởng**. Chẩn đoán một triệu chứng lâm sàng ở một người không còn nhận thức vấp phải vấn đề cường điệu hóa, bi kịch hóa xã hội và tất cả những trở ngại khác trong việc dựa vào trí nhớ. Do đó như chúng ta đã biết trong Chương 3, con người thường nhớ lại thông tin nổi bật nhất đối với mình và phớt lờ phần còn lại, điều chắc chắn là những dao động tâm trạng cực đoan sẽ được nhớ lại trong khi hành vi điềm tĩnh hơn thì không được nhớ. Cũng có thể những trí nhớ này có khuynh hướng bị phóng đại, trong việc nhớ lại tần số tình tiết cũng như nhớ lại mức độ nghiêm trọng của chúng. Điều này xảy ra ngay cả trong những ghi chép đương đại, thậm chí còn nhiều hơn trong dữ liệu hồi tưởng, vì thế thực sự chúng ta không thể xem dữ liệu như thế là đáng tin.

Vấn đề khác về nhận xét đặc điểm xuất hiện trong các gia đình. Nhận xét như thế không được xem là chứng cứ cho rằng rối loạn mang tính di truyền mặc dù đây là một nhận thức sai lầm thường gặp. Gia đình cũng cung cấp môi trường nuôi dưỡng cho thế hệ con cháu, và một bộ phận trưởng thành trong gia đình bao gồm việc học hỏi nhiều cách phản ứng thích hợp đối với sự kiện – thông qua mô phỏng, nhận dạng và tập quen tiềm ẩn (xem Chương 18.)

Nói chung không phải là điều khác thường đối với trẻ khi phỏng theo cách phản ứng của bố mẹ đối với tình huống khi trẻ trưởng thành. Vì thế nếu trẻ trưởng thành trong gia đình có bố mẹ thể hiện những dao động tâm trạng cực đoan đối với tình huống thì chắc chắn trẻ cho dù có ý thức hay không sẽ xem những phản ứng cảm xúc như thế là hành vi thích hợp và sẽ phản ứng theo cách ấy trong những tình huống xảy ra trong đời sống của riêng mình. Nghiên cứu cây phả hệ không đưa ra phương pháp gỡ rối những yếu tố này, khiến chúng ta không biết liệu trầm cảm có thành phần di truyền hay không. Tất cả những gì chúng có thể làm là ngụ ý việc như thế là một khả năng có thể.

Tình trạng bất lực tập quen và cách quy kết

Nhiều lý thuyết khác được đề xuất để giải thích trầm cảm. Seligman (1975) so sánh sự lãnh đạm của trầm cảm lâm sàng với kết quả **tình trạng bất lực tập quen** ở động vật thí nghiệm. Seligman nhận thấy trước đó rằng nếu một động vật gặp một sự kiện khó chịu như bị điện giật, và không có cách nào thoát khỏi, thì sau này nếu được đặt trong hoàn cảnh có thể tiến hành hành động khỏi bị điện giật thì động vật sẽ không học cách làm như thế. Như thể động vật tập quen với tình trạng bất lực, hoàn toàn chấp nhận những gì đang xảy ra. Ngoài ra, những động vật như thế thường rất thụ động, không muốn di chuyển, ít tính tò mò.

Seligman cho rằng, tương tự người bị trầm cảm cũng ít tính tò mò, có nhiều thời gian không làm gì cả. Họ thường không chọn hành động để cải thiện hoàn cảnh của mình vì họ "không bị quấy rầy" hay vì họ xem đó là vô ích. Seligman khẳng định rằng những gì diễn ra ở đây là kinh nghiệm đời sống trước đây đã đặt họ vào một vị trí mà họ không thể có một hành động bất kỳ để làm giảm bớt căng thẳng, và điều này dẫn đến phản ứng "tình trạng bất lực tập quen", họ không chọn hành động nào cả ngay cả khi hoàn cảnh thay đổi.

Abramson, Seligman và Teasdale (1978) phát biểu lại khái niệm tình trạng bất lực tập quen bằng thuật ngữ con người giải thích tại sao các sự kiện không kiểm soát được lại xảy ra. Weiner (1979) chứng minh những loại quy kết khác nhau (lý do giải thích tại sao sự việc xảy ra) ảnh hưởng đến động cơ của con người. Abramson *và người khác* cho rằng có một **cách quy kết trầm cảm** dễ phân biệt, mô tả đặc điểm người bị bệnh hay có khả năng mắc bệnh trầm cảm. Cách quy kết này xem những sự kiện không kiểm soát được xảy ra với lý do mang tính phổ biến (kết quả ở dải rộng), ổn định (chắc chắn tái diễn sau này) và bên ngoài (từ các yếu tố bên ngoài cơ thể chứ không phải bên trong). Vì những người này thường có khuynh hướng giải thích mọi thứ xảy ra theo cách này nên họ lãnh đạm, trầm cảm, cho rằng nỗ lực cách mấy cũng vô ích.

Yếu tố nhận thức trong trầm cảm

Trước đây vào năm 1967, Aaron Beck cũng đưa ra một mô hình trầm cảm nhận thức. Beck đặc biệt nhận dạng nhiều cách suy nghĩ tiêu cực xem đó là yếu tố quan trọng dẫn đến trầm cảm. Những cách suy nghĩ tiêu cực này tập trung vào điều mà Beck mô tả là **bộ ba nhận thức**: suy nghĩ về cái tôi của chính bệnh nhân, suy nghĩ về kinh nghiệm đời sống của con người và suy nghĩ về tương lai của họ. Beck chứng minh rằng người trầm cảm phản ứng có chọn lọc đối với sự việc xảy đến cho họ. Chẳng hạn, họ chọn ra các sự kiện tiêu cực khẳng định nhận thức trầm cảm của mình, hiểu sự kiện trung tính là tiêu cực và phớt lờ sự kiện ngụ ý rằng đời sống tươi đẹp hơn hay kém tiêu cực hơn. Do đó, Beck cho rằng người trầm cảm bước vào một chu kỳ nhận thức tiêu cực tự thực hiện trong đó họ xem thế giới có đòi hỏi khắt khe quá đáng và không chắc sẽ thay đổi.

Beck cũng cho rằng người trầm cảm phạm sai lầm trong logic và những sai lầm này cũng khẳng định nhận thức tiêu cực của họ. Một trong những loại sai lầm này là **suy luận tùy ý** – cách mà người trầm cảm thường vội vã đi đến kết luận tiêu cực cho dù chứng cớ quá ít. Người trầm cảm cũng tập trung vào các chi tiết tiêu cực không đáng kể của sự việc và phớt lờ những chi tiết quan trọng, tích cực: không nhìn mặt tích cực trong tin tức tốt. Quá trình này gọi là **lơ đãng chọn lọc.** Người trầm cảm cũng khái quát hóa quá mức từ thất bại, rút ra kết luận dải rộng về tính không giá trị hay thiếu khả năng. Họ phóng đại những sự kiện xấu, không quan trọng và giảm thiểu những sự kiện tốt, quan trọng, họ nhân cách hóa sự việc xấu xảy ra ở người khác, có cảm nghĩ như thể chính họ có phần nào chịu trách nhiệm.

Lý thuyết của Beck cho rằng trầm cảm phần lớn phát sinh do những chiến lược nhận thức thất sách này, khiến ông đi đến việc phát triển một hình thức liệu pháp nhận thức dành cho bệnh nhân trầm cảm, chúng ta sẽ xét đến trong chương sau. Liệu pháp nhận thức áp dụng các bài tập hành vi và lập luận để hướng dẫn bệnh nhân nhận ra sai lầm của họ trong logic và giúp họ sắp xếp lại suy nghĩ của mình. Mặc dù tiếp cận của Beck được phát triển độc lập với tiếp cận của Seligman, nhưng cả hai thường được phối hợp thành một quan điểm chung cho rằng trầm cảm có nguồn gốc nhận thức.

Yếu tố xã hội và tính dễ bị tổn thương

Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu khác chú ý đến nguồn gốc xã hội của trầm cảm. Trầm cảm phổ biến nhất trong các nhóm người có đời sống căng thẳng nhất. Chẳng hạn, Brown và Harris (1978) nhận thấy rằng giai cấp lao động bị mắc bệnh trầm cảm nhiều gấp 4 lần giai cấp trung lưu, và liên kết điều này trực tiếp với các nguồn căng thẳng xã hội mà các nhóm khác đối mặt.

Số liệu thống kê cũng cho thấy phụ nữ được chẩn đoán "trầm cảm" nhiều hơn nam giới. Một số nhà nghiên cứu y học cho rằng điều này ngụ ý phụ nữ có tố chất trầm cảm theo một cách nào đó có thể về mặt sinh học. Nhưng các nhà nghiên cứu khác nêu rằng bác sĩ có thể chẩn đoán một phụ nữ bị bệnh "trầm cảm" nhiều hơn: nếu nam giới có triệu chứng tương tự thì bác sĩ bảo rằng họ không mắc bệnh gì cả.

Vấn đề khác phát sinh từ nhận xét này là phụ nữ, nhất là phụ nữ thuộc giai cấp lao động, có đời sống căng thẳng hơn, vì thế dễ bị bệnh trầm cảm hơn vì lý do ấy. Brown và Harris phỏng vấn 539 phụ nữ sống ở vùng Camberwell, London, nhận thấy những người trải qua thời gian trầm cảm kéo dài thường có một số hay tất cả 4 yếu tố tổn thương. Thứ nhất trong số này là họ có từ ba con trở lên trong nhà. Thứ hai là mẹ mất trước khi họ 11 tuổi. Yếu tố thương tổn thứ ba là mức độ tự trọng thấp, và thứ tư là không có người bạn tâm tình, bạn thân hay người chồng động viên.

Có vẻ các yếu tố sinh lý, nhận thức và xã hội đều quan trọng trong việc khởi phát bệnh trầm cảm lâm sàng. Akiskal và McKinney (1973) cho rằng trầm cảm nên được xem là sự phối hợp tố chất sinh học đối với rối loạn với hậu quả của các tác nhân gây căng thẳng tâm lý xã hội, như các tình huống xã hội hay mất đi người thân. Tố chất sinh học, cũng như với bệnh tâm thần phân liệt không có nghĩa là cá nhân chắc chắn mắc bệnh trầm cảm mà chỉ có nghĩa họ kém khả năng hơn người khác trong việc khắc phục hậu quả căng thẳng. Mô hình này không bao gồm những giải thích trầm cảm nhận thức đã được phát triển trong những năm gần đây nhưng cũng dễ thấy chúng được kết hợp vào một mô hình như thế ra sao.

RỐI LOẠN ĂN UỐNG

Các rối loạn ăn uống: chán ăn và cuồng thực thu hút rất nhiều chú ý trong vài năm gần đây. Chúng được phân loại trong DSM-IV thành rối loạn thần kinh mặc dù rất nghiêm trọng. Người ta đoán rằng cứ 5 bệnh nhân chán ăn có một người đói cho đến chết, và nhiều người khác tự làm cơ thể mình phương hại.

Chứng chán ăn

Chứng chán ăn xảy ra khi một người thận trọng hạn chế lượng thức ăn đưa vào ở một giới hạn cơ thể có khả năng tự nuôi sống mình. Về kỹ thuật, một người được xem là mắc bệnh chán ăn vào thời điểm họ mất 25% trọng lượng cơ thể, dĩ nhiên mặc dù để đến mức ấy con người phải có rối loạn trong thời gian dài. Người bệnh chán ăn thường là thiếu nữ vị thành niên, mặc dù không phải lúc nào cũng thế. Bệnh này hoàn toàn là một triệu chứng thông thường ở các sư nam và sư nữ thời Trung Cổ mặc dù lúc đó được hiểu là kinh nghiệm tôn giáo huyền bí hơn là bệnh thần kinh.

Người bệnh chán ăn thường bị ám ảnh bởi trọng lượng của mình, dường như hình ảnh cơ thể bị bóp méo nghiêm trọng, đến mức họ xem mình là "béo" cho dù họ hoàn toàn hốc hác. Điều này có nghĩa họ sẽ nhịn ăn và trong thời gian kéo dài đảm bảo rằng họ không ăn. Người bệnh chán ăn thường giấu thức ăn để khỏi phải ăn, hay cố ý làm cho mình ốm để khỏi phải ăn do bị bắt buộc. Ngoài sự hốc hác cơ thể do sự thiếu ăn, người bệnh chán ăn nhận thấy không còn hành kinh nữa, họ có mẫu giấc ngủ xáo trộn, thường thức dậy sớm và cảm thấy bồn chồn.

Người bệnh chán ăn thường được nhập viện, theo dõi cẩn thận để làm cho họ ăn trở lại. Đôi khi, điều trị phải theo mẫu **định dạng hành vi** trong đó một thứ tự ưu tiên bất kỳ tùy thuộc vào việc họ ăn món gì đó. Tuy nhiên vì người bệnh chán ăn cực kỳ bướng bỉnh, nên không phải lúc nào cũng thành công, điều trị thành công bao gồm liệu pháp nhận thức hay tư vấn để giúp bệnh nhân tập quen cách mới tôn trọng chính mình.

Chứng cuồng thực

Chứng cuồng thực là một rối loạn ăn uống liên quan mật thiết với chứng chán ăn, phần lớn thường gặp ở thiếu nữ vị thành niên. Mặc dù giống như bệnh chán ăn, cuồng thực cũng xuất hiện ở người lớn tuổi hơn. Trong hội chứng này, con người quan tâm đến trọng lượng của mình thái quá, nhưng họ cũng bị thức ăn ám ảnh. Vì lý do này, cuồng thực đôi lúc được xem là ví dụ của **bệnh thần kinh ám ảnh.** Người cuồng thực có khuynh hướng xen kẽ giữa "những cuộc chè chén say sưa", trong đó họ ăn quá mức và "những lần tẩy ruột", họ diên cuồng tọng thức ăn vào bụng, bằng cách uống thuốc nhuận trường và làm cho mình đau ốm.

Không phải ngạc nhiên, sự phối hợp giữa nhịn ăn, nôn mửa và lạm dụng thuốc nhuận trường đều gây tổn hại về mặt tâm lý. Trường Cao đẳng Tâm thần Hoàng gia ấn hành phiếu thông tin liệt kê một số hậu quả này. Nhịn ăn làm xương dễ vỡ, chấm dứt sự hành kinh, khó tập trung, giấc ngủ chập chờn và trầm cảm. Nôn mửa làm cơ suy yếu, loạn nhịp tim, răng bị hư khi axit trong bao tử hòa tan chất men, những cơn động kinh, và thận bị thương tổn. Lạm dụng thuốc nhuận trường gây tổn hại lâu dài đối với cơ bắp ở ruột, dẫn đến bệnh táo bón nghiêm trọng, đau bao tử dai dẳng, ngón tay, ngón chân sưng vù do hệ tuần hoàn có vấn đề.

Vấn đề cuồng thực có vẻ bắt nguồn từ việc "ăn uống thoải mái" – con người dùng thức ăn để bù đắp cho sự cô độc, căng thẳng nhất thời hay cảm nghĩ không phù hợp với xã hội. Do đó, điều trị cuồng thực thường nhấn mạnh rằng những gì đã tập quen có thể không được tập quen và dạy bệnh nhân những cách sinh hoạt mới chẳng hạn như kỹ năng tương tác xã hội và những biện pháp thay thế để giải quyết căng thẳng.

Nói chung, người cuồng thực thường che giấu hành vi của mình và thường hổ thẹn về hành vi này. Vì lý do này, họ rất cô độc không có bạn bè thân thiết, khiến họ ở một mình với bệnh tình của mình, và càng ngày càng ăn nhiều hơn nữa. Vì điều này, **điều trị nhóm** thường là cách điều trị bệnh cuồng thực thành công: kinh nghiệm chia sẻ bệnh tình với người khác giúp họ vượt qua sự e ngại. Bằng cách phát triển các mối quan hệ mang tính hỗ trợ, họ có được nhiều tài nguyên cá nhân để khắc phục rối loạn.

Có nhiều nỗ lực giải thích chứng chán ăn lẫn cuồng thực. Một số là giải thích sinh lý, nêu ra những lý do thần kinh, di truyền hay cơ thể. Một số là giải thích xã hội, xem rối loạn phát xuất từ bối cảnh xã hội và cách tương tác với người khác, những giải thích khác thuộc về phân tích hành vi, xem đó là một bệnh tình có thể được thử thách bằng cách tập quen lần nữa các hành vi và thói quen tốt hơn, một số là giải thích phân tâm học, xem rối loạn là sự biểu hiện của những xung đột và chấn thương bị chôn sâu.

Giải thích rối loạn ăn uống theo sinh lý học

Gelfand, Jensen và Drew (1982) cho rằng chứng chán ăn có nguyên nhân sinh lý hơn là nguyên nhân tâm lý. Các nhà nghiên cứu sinh lý cho rằng trong các cơ chế tự điều tiết của vùng dưới đồi là một cơ chế điều tiết trọng lượng cơ thể (chúng ta khảo sát điều này chi tiết hơn trong Chương 13). Động vật kể cả con người dường như có một **trọng lượng lý tưởng** là trọng lượng "đúng" đối với từng cá nhân. Nếu thấp hơn trọng lượng này, họ sẽ có cảm giác đói và ăn cho đến khi lấy lại trọng lượng này. Nếu cao hơn mức này, họ sẽ ăn ít hơn cho đến khi trở về trọng lượng bình thường. Dĩ nhiên, mọi việc đều không ngang bằng trong xã hội loài người hiện đại, vì quanh chúng ta đầy ắp quảng cáo khuyến khích chúng ta ăn dù chúng ta không đói. Nhưng lý thuyết ở chỗ nếu chúng ta chỉ ăn đáp ứng các tín hiệu cơ thể thì chúng ta cũng giống như loài chuột trong phòng thí nghiệm, luôn duy trì trọng lượng của riêng mình gần với mức trọng lượng lý tưởng.

Thí nghiệm sử dụng chuột trong phòng thí nghiệm chứng minh rằng làm tổn thương một số vùng dưới đồi có thể làm thay đổi trọng lượng lý tưởng. Một loại thương tổn có thể làm động vật ăn quá mức, trở nên béo phì, trong khi thương tổn ở vùng khác làm cho động vật nhịn ăn gần như chết. Gelfand *và người khác* cho rằng bệnh chán ăn phát xuất từ một nguồn tương tự – bệnh xảy ra vì bị thương tổn ở vùng dưới đồi. Điều này có nghĩa tín hiệu đói bụng không thích hợp, con người không ăn để duy trì sự khỏe mạnh.

Đây là quan điểm bất đồng vì có vẻ phớt lờ các yếu tố xã hội. Trong xã hội hiện đại, con người không chỉ bị vây quanh bởi các quảng cáo về thức ăn mà còn bị vây quanh với những hình ảnh hình dáng cơ thể lý tưởng, và nhiều thông tin bị bóp méo về cái hình thành một chế độ ăn uống "có lợi sức khỏe" hay "gây béo phì". Mong đợi xã hội và thói quen của chúng ta dường như có khả năng kiềm chế các cơ chế sinh lý một cách hoàn hảo, nhiều nhà tâm lý liệu pháp nghĩ rằng áp lực xã hội đạt đến một hình thức lý tưởng, được chuyển tải qua quảng cáo, tác động đến quá trình nhiều hơn là cơ chế sinh lý.

Giải thích sinh lý khác là quan niệm cho rằng rối loạn ăn uống có nguồn gốc di truyền. Có một số giả định cho rằng rối loạn xuất hiện trong nhiều gia đình – chẳng hạn, Holland *và người khác* (1984) nhận thấy nếu một trẻ song sinh cùng trứng mắc bệnh chán ăn thì trẻ còn lại có thể bị chán ăn nhiều hơn là trẻ song sinh khác trứng, những chứng cứ tương tự cũng được báo cáo đối với chứng cuồng thực. Nhưng, như chúng ta đã thấy, gia đình truyền dẫn giá trị văn hóa, niềm tin xã hội cũng như gien, và môi trường đối với trẻ song sinh cùng trứng thường giống nhiều hơn là trẻ song sinh khác trứng. Ngoài ra, DSM-IV phát biểu rằng những người xuất thân từ gia đình di cư đến các xã hội tiêu dùng phương Tây đều không có rối loạn ăn uống, cũng rất có khả năng phát triển rối loạn ăn uống như những người sống trong xã hội phương Tây nhiều thế hệ. Vì thế nguyên nhân di truyền trực tiếp đối với rối loạn ăn uống phần nào có vẻ không chắc chắn lắm.

Giải thích rối loạn ăn uống theo ý thức xã hội và xã hội

Cả chứng chán ăn lẫn cuồng thực đều rất phổ biến trong các xã hội phát triển phương Tây với cách sống định hướng tiêu dùng, ủng hộ ý kiến cho rằng chứng chán ăn lẫn cuồng thực phần lớn có nguồn gốc xã hội. Một số nhà nghiên cứu cho rằng chứng chán ăn là do sự bóp méo hình ảnh về bản thân, do cá nhân nhập tâm các quảng cáo cực đoan khi sử dụng những người mẫu thân mình cực kỳ mảnh khảnh. Thay vì xem những người mẫu này là ngoại lệ, thì họ lại cho rằng số người mẫu ấy là chuẩn mực, do đó cho rằng cơ thể của mình quá béo phì. Người bệnh chán ăn thường có hình ảnh cơ thể bị bóp méo quá nhiều, có nghĩa rằng khi ngắm mình trong gương, họ không nhận ra mình đã gầy gò, hốc hác đến mức nào.

Cách giải thích khác cho rằng chứng chán ăn có nguồn gốc từ những xáo trộn trong gia đình, mà người ngoài không thể nhìn thấy. Bằng cách không ăn, bệnh nhân muốn trả thù gia đình, nhất là trả thù người mẹ, vì thế giành lấy quyền lực đối với bố mẹ và cũng thể hiện thái độ giận dữ, thất vọng mà họ phát triển trong thời thơ ấu. Liebman, Minuchin và Baker (1974) cho rằng **liệu pháp gia đình** có thể áp dụng để giải quyết chứng chán ăn, và hình thức thành công nhất của điều trị như thế là tập trung vào việc xây dựng cách giao tiếp tích cực giữa các thành viên khác nhau trong gia đình.

Agras *và người khác* (1974) đưa ra cách giải thích rối loạn ăn uống theo ý thức xã hội, xem rối loạn là kết quả quy kết sai lầm (chúng ta nghiên cứu lý thuyết liên kết trong Chương 15). Họ cho rằng chứng chán ăn phát sinh từ sự thất bại ở bệnh nhân không nhận dạng đúng những cơn đói của mình. Vì bệnh nhân không "xác định" đúng cảm giác nên không biết được tín hiệu mang nghĩa gì, vì thế họ không ăn trong khi họ phải ăn. Không ăn sau đó trở thành một thói quen cố định, rất khó thay đổi.

Giải thích rối loạn ăn uống theo thuyết hành vi

Giải thích rối loạn ăn uống theo thuyết hành vi là con người phát triển nhiều thói quen hành vi được mang lại bằng sự củng cố tích cực đối với chế độ ăn uống. Khi một người có chế độ ăn uống mang lại kết quả người khác thán phục, và những gì mà chính họ cảm thấy hài lòng thì sẽ áp dụng những chế độ ăn uống cực đoan hơn. Do đó, ăn uống trở thành một thói quen tiềm nhiễm. Đối với người chán ăn lẫn cuồng thực, chú ý họ nhận được do rối loạn của họ đang được củng cố. Một số thiếu nữ vị thành niên dường như sử dụng chứng cuồng thực của mình như cách khống chế gia đình, bảo đảm rằng họ vẫn còn là tâm điểm chú ý cho dù người ta nghĩ rằng họ đã trưởng thành và phải sống tự lập. Điều này cũng có nghĩa hành vi ăn uống/nôn mửa được củng cố rất nhiều.

Có nhiều cách mà điều trị hành vi áp dụng trong điều trị bệnh nhân chán ăn và cuồng thực. Trong những trường hợp cực đoan nhất, cá nhân tự nhịn ăn đến mức gần chết phải đưa vào bệnh viện thì điều trị cũng rất cực đoan, ưu tiên cơ bản "có được" bằng hành vi thích hợp. Những hình thức sửa đổi hành vi khác có thể bao gồm việc sử dụng lập mô hình thích hợp để dạy cho con người cách tương tác với người khác tốt hơn hay thời biểu tập quen được lập trình giúp họ tập quen cách ăn nhiều hơn và thoải mái hơn trong việc duy trì chế độ ăn uống mới.

Giải thích rối loạn ăn uống theo phân tâm học

Nhiều giải thích rối loạn ăn uống dựa trên cách suy nghĩ phân tâm học. Trong lý thuyết cổ điển của Freud, ăn uống được xem là cách thay thế cho tình dục, một giải thích cho rằng chứng chán ăn là cách kiềm chế hay từ chối quan hệ tình dục. Quan điểm này liên kết mật thiết với quan điểm do Bruch (1979) đề xuất, cho rằng thiếu nữ chán ăn về tiềm thức cố trở lại thời kỳ trưởng thành ban đầu vì họ không muốn đối mặt với vai trò xã hội đầy đủ của mình trong tư cách người mẹ trong xã hội hiện đại. Quan điểm khác cũng do Bruch đề cập là về tiềm thức chán ăn được xem là cách tránh thai, vì "béo phì" và có thai về tiềm thức được xem là như nhau.

Mặc dù những giải thích chứng chán ăn mang tính biểu tượng này có vẻ không thực tế nhưng dường như là một số chứng cứ cho thấy chấn thương thời thơ ấu khiến cho người ta dễ bị chán ăn trong đời sống sau này. Không phải là điều khác thường đối với người bệnh chán ăn lẫn cuồng thực khi bị lạm dụng tình dục trong thời thơ ấu. Chấn thương và thái độ căm ghét bản thân mà trẻ cảm nhận do cơ thể bị xâm phạm cứ kéo dài nếu trẻ không được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp đúng cách. Vào thời thanh niên hay thậm chí về sau, cá nhân thể hiện thái độ căm ghét bản thân mang tính trừng phạt, phớt lờ nhu cầu cơ thể và cảm thấy thỏa mãn khi tước đoạt các nhu cầu cơ thể của mình.

Chúng ta nhận thấy không có lý thuyết rối loạn ăn uống nào có kết luận dứt khoát, nhưng có rất ít chứng cứ trong việc điều trị sức khỏe tạo ra rối loạn, có nhiều người cho rằng xáo trộn trong gia đình đóng một phần lớn. Hình thức điều trị rối loạn ăn uống thành công nhất trên cơ sở sửa đổi hành vi hay một số loại liệu pháp.

RỐI LOẠN LO ÂU

Một số hình thức hành vi bất thường có vẻ có nguồn gốc từ sự lo âu. Lo âu - một cảm xúc bao gồm cảm giác bất ổn, bồn chồn và e sợ - một tâm trạng ai cũng trải qua. Nhưng đối với một số người, tâm trạng này dai dẳng rất lâu, không thực tế hay xảy ra trong những dịp không phù hợp. Thời điểm nơi lo âu không phù hợp loại này bắt đầu cản trở sinh hoạt thường nhật là thời điểm nó được xem là một rối loạn hơn là sự thay đổi ở con người bình thường. Thật ra có nhiều loại rối loạn lo âu, là một trong những hình thức xáo trộn tâm thần thường gặp nhất ở người lớn. Trong chương này chúng ta xét đến các chứng sợ và rối loạn căng thẳng hậu chấn thương, hay PTSD.

Chứng sợ

Chứng sợ là sự sợ hãi phi lý, quá mức một vấn đề nào đó không đáng có phản ứng cực đoan như thế. Hầu hết mọi người đều có những chuyện hàng ngày phải lo sợ – chẳng hạn côn trùng hay nhện. Nhưng một số người lại sợ nhiều hơn. Sợ hãi của họ, nói đúng hơn, sự lo âu của họ khi bắt gặp đối tượng khiến họ phải sợ, cản trở khả năng sinh hoạt thông thường. Một người agoraphobic, sợ khoảng trống, tránh ra ngoài ngay cả khi cần thiết. Người phengophobic, lại sợ ánh sáng ban ngày, luôn rút vào bóng tối.

Có nhiều mục tiêu có thể đối với các chứng sợ. Giới y khoa đặt những tên rất thú vị. Một số tên này rất quen thuộc – ai cũng nghe đến arachnophobia (sợ nhện), claustrophobia (sợ không gian khép kín) hay xenophobia (sợ người lạ). Mặc dù một số ít quen thuộc hơn. Bảng 8.4 liệt kê một số chứng sợ thú vị hơn.

Chứng sợ thường đi kèm với **sự hoảng hốt.** Nếu cá nhân bị chứng sợ cảm thấy rằng mình đang đến gần nguồn sợ hãi – chẳng hạn nếu một người agoraphobic cần đi ra ngoài, sự lo sợ của họ tăng đến mức họ sẽ hốt hoảng. Đây là một phản ứng lo âu cực đoan, tim đập nhanh hơn, suy nghĩ hỗn độn hơn và con người không thể ra quyết định. Điều trị hoảng hốt – bằng hóa liệu pháp hay tâm lý liệu pháp – là một khía cạnh quan trọng trong điều trị các chứng sợ.

Giải thích các chứng sợ

Các chứng sợ được giải thích theo nhiều cách khác nhau của nhiều nhóm nhà nghiên cứu khác nhau. Chẳng hạn, đối với các nhà phân tâm học, chứng sợ là do chấn thương ban đầu được chôn sâu, tiềm ẩn và bị suy nghĩ tiềm thức ức chế. Nhưng vì nội dung cảm xúc quá mạnh nên vẫn còn ảnh hưởng đến suy nghĩ ý thức, xuất hiện dưới hình thức ngụy trang, chứng sợ.

Minh họa nghiên cứu mẫu về điều này của Freud là một em bé gọi là Little Hans, con trai của một đồng nghiệp, bị chứng sợ ngựa. Bố em quá quen thuộc với lý thuyết của Freud, kể cho ông nghe chuyện con mình và hỏi tại sao. Họ kết luận rằng sợ hãi là cách thể hiện ngụy trang xung đột Oedip ở cậu bé (xem Chương 7). Ngựa tượng trưng cho người bố to lớn, mạnh mẽ hơn, người mà cậu bé trong tiềm thức rất lo sợ, nghĩ rằng đó là người cạnh tranh trong tình thương yêu của người mẹ dành cho mình. Vì cậu bé không thể bày tỏ nỗi sợ ấy một cách trực tiếp nên được biểu hiện bằng chứng sợ ngựa (Freud, 1909).

Bảng 8.4 Một số chứng sợ thông thường

acrophobia	sợ độ cao phi lý
ailurophobia	sợ mèo phi lý
apiphobia	sợ ong phi lý
astraphobia	sợ sấm chớp phi lý
cynophobia	sợ chó phi lý
ergasiophobia	sợ làm việc phi lý
helminthophobia	sợ sâu phi lý
hippophobia	sợ ngựa phi lý
hydrophobia	sợ nước phi lý
keraunophobia	sợ sấm sét phi lý
musophobia	sợ chuột phi lý
necrophobia	sợ chết phi lý
ochlophobia	sợ đám đông phi lý
oneirophobia	sợ giấc mơ phi lý
ophidiophobia	sợ rắn phi lý
phasmophobia	sợ ma phi lý
pyrophobia	sợ lửa phi lý
sciophobia	sợ bóng phi lý
spermophobia	sợ vi trùng phi lý
tachophobia	sợ tốc độ phi lý

Đối với quan điểm hiện đại, đọc lại nghiên cứu mẫu này, điều đáng chú ý nhất là người lớn hoàn toàn phớt lờ chuyện cậu bé trong lúc dạo phố với người vú nuôi cảm thấy khủng khiếp, khi thấy một con ngựa chất quá tải bị quỵ chân, gần chết, móng ngựa cào xuống sỏi tạo nên tiếng động lớn. Nhưng nghiên cứu mẫu này đã xuất hiện vài thập niên trước khi có giải thích chứng sợ trên cơ sở tập quen.

Nhiều nhà nghiên cứu y tế xem chứng sợ chủ yếu là một rối loạn sinh lý trong đó phản ứng lo âu cụ thể được kích hoạt không phù hợp. Tập trung của họ là phát triển cách điều trị dùng thuốc – hóa liệu pháp – để giảm sự lo âu, và giúp bệnh nhân không để ý đến nguồn gây sợ hãi nữa. Gray (1985) báo cáo nghiên cứu lần theo cơ chế lo âu của bộ não đã dẫn đến sự phát triển các loại thuốc công hiệu, ngày nay gọi là **beta-blocker**, phong tỏa các đường đi lo âu, vì thế tránh được cảm giác lo âu.

Mặc dù nhận dạng cơ chế sinh lý không giống như nhận dạng nguyên nhân các chứng sợ. Các nhà nghiên cứu y tế khác cố giải thích các chứng sợ theo nghĩa di truyền, chủ yếu bằng cách chứng minh rằng các rối loạn chẳng hạn như sợ chỗ đông người thường xuất hiện trong nhiều gia đình. Nhưng giải thích di truyền đối với nhận xét ấy có phần nào đáng hoài nghi vì trẻ học được rất nhiều từ cách phản ứng của những người xung quanh, và đặc biệt trẻ có khuynh hướng học hỏi những sự việc kích hoạt phản ứng sợ hãi.

Slater và Shields (1969) chứng minh rằng trẻ song sinh cùng trứng sợ chỗ đông người nhiều hơn trẻ song sinh khác trứng. Ở đây ngụ ý là có một số tố chất di truyền trong phản ứng lo âu. Nhưng rất khác biệt với nguyên nhân di truyền giải thích chứng sợ. Điều có thể là cá nhân thừa hưởng một khuynh hướng phản ứng lo âu mạnh, nhưng sau đó học hỏi từ người khác cách thể hiện sự lo âu của mình đối với một mục tiêu cụ thể.

Có các yếu tố xã hội hoạt động trong nhiều chứng sợ. Một trong những minh họa rõ ràng nhất là trong chứng sợ chỗ đông người. đây là chứng sợ thường gặp nhất ở phụ nữ có con, người ta nghĩ phản ánh cách mà nhiều phụ nữ có rất ít cơ hội ra khỏi nhà trong khi họ phải chăm sóc con nhỏ – và thậm chí cơ hội sống một mình cũng ít hơn. Thời kỳ này kéo dài nhiều năm nhất là có nhiều con, vì thế môi trường bên ngoài bắt đầu có vẻ xa lạ và mang tính đe dọa khi so sánh với thế giới quen thuộc, an toàn trong nhà. Khi cần phải ra ngoài nhiều hơn, hầu hết phụ nữ đều thực hiện một bước quá độ khá hợp lý – mặc dù không phải là không có sự khó chịu. Nhưng số khác nhận thấy khó khăn hơn và cảm thấy hốt hoảng. Nếu không khắc phục điều này, sự lo âu của họ sẽ tiếp tục phát triển cho đến khi trở thành một chứng sợ hoàn toàn.

Cũng có những minh họa khác về yếu tố xã hội có trong các chứng sợ. Chẳng hạn, chứng sợ vi trùng phi lý là một rối loạn ít người biết đến trước khi quảng cáo chuyên nghiệp bắt đầu nhấn mạnh tầm quan trọng của các chất tẩy rửa khử trùng. Các nhà quảng cáo, rất hiểu biết, cố gắng tính đến sự lo âu về bụi bẩn và vi trùng ở người tiêu dùng – nếu người ta không để ý chuyện này thì họ không mua sản phẩm. (Và sức khỏe của chúng ta rất có thể bị ảnh hưởng). Nhưng đôi khi họ rất thành công. Một số cá nhân tin vào những mẫu quảng cáo này đến mức họ sợ bị nhiễm trùng.

Giải thích các chứng sợ thứ 5 cũng là giải thích thành công nhất trong việc điều trị chứng sợ. Giải thích này do những người theo thuyết hành vi đưa ra, và cho rằng các chứng sợ phát triển do kết quả tập quen không thích hợp. Chẳng hạn, nhiều trẻ sợ hãi do bố mẹ tỏ ra sợ hãi và lo âu. Tập quen theo kiểu này mang tính tiềm thức, sâu sắc, tác động mạnh, cũng có thể đạt được khi trẻ còn rất nhỏ. Trẻ nhỏ phản ứng rất mạnh trước trạng thái cảm xúc ở người lớn, nhận thấy bố mẹ khiếp sợ khi nhìn thấy nhện hay chuột cũng tạo ấn tượng rất sâu sắc ở trẻ.

Lập luận rằng tập quen không đúng có thể thay thế bằng tập quen thích hợp hơn, những người theo thuyết hành vi phát triển cách điều trị các chứng sợ tập trung vào việc rèn luyện cá nhân phát triển những thói quen và cách hành động mới đối với sự vật mà họ sợ. Những cách điều trị này thường thành công đáng kể. Chúng ta sẽ nghiên cứu chúng trong chương sau ở phần điều trị hành vi.

Rối loạn căng thẳng hậu chấn thương

Rối loạn căng thẳng hậu chấn thương, hay **PTSD**, là một rối loạn khác thường được gọi là rối loạn lo âu mặc dù các nhà nghiên cứu bất đồng ở chỗ có nên xem đây là một phân loại thích hợp hay không. PTSD xuất hiện do kinh nghiệm chấn thương sâu nhất chẳng hạn như trong cuộc chiến hay một số loại thảm họa khác như máy bay va quẹt hay động đất. PTSD không phải là mới. Trong hai cuộc Thế chiến, được gọi là "shell shock" (bệnh thần kinh ở binh sĩ lâu năm), nhiều cựu binh mắc phải. Nhưng chỉ được phân loại như một rối loạn có thể sau chiến tranh Việt Nam.

Rối loạn căng thẳng hậu chấn thương không giống như căng thẳng bình thường mà con người chịu đựng sau khi bị một sự kiện gây rối loạn nghiêm trọng – mọi người đều trải qua một số loại phản ứng sau khi một sự việc tương tự như thế xảy ra, và điều này hoàn toàn bình thường. Nhưng đối với một số người, chấn thương lại tạo ra sự rối loạn trong giấc ngủ, "hồi tưởng" (trong đó con người luôn làm cho những việc từng trải trở nên sống động) và hoảng hốt. Rối loạn căng thẳng hậu chấn thương thuộc loại này có thể xảy ra ngay sau khi biến cố hay về sau này. Nhưng một khi bắt đầu, nó dai dẳng nhiều hơn nếu bệnh nhân không được điều trị tâm lý liệu pháp đúng cách.

Người ta nêu ra nhiều giải thích đối với PTSD, trong Bảng 8.5, liệt kê một ít. Tuy nhiên, quan điểm thực tế nhất không phải là có một nguyên nhân cụ thể bất kỳ mà PTSD phát sinh từ sự phối hợp các yếu tố sinh lý, tâm lý và môi trường, tất cả đều có ảnh hưởng. Cũng như với nhiều rối loạn khác, hầu hết các nhà nghiên cứu đều ủng hộ mô hình **căng thẳng - thể tạng** – một số người về mặt sinh lý dễ bị tổn thương khi gặp rối loạn căng thẳng nhiều hơn người khác, nhưng chấn thương tâm lý, chiến lược đối phó và tính chất môi trường sẽ quyết định liệu họ có bị rối loạn hay không.

Bảng 8.5 Giải thích rối loạn căng thẳng hậu chấn thương

Theo thuyết Hành vi: PTSD là hình thức biến đổi ngoại cảnh cổ điển cường độ mạnh do các sự kiện chấn thương mang đến.

Theo thần kinh học: PTSD tạo ra sự thay đổi thần kinh dài hạn, tăng tính phản ứng tự chủ và lượng noradrenaline trong não.

Theo nhận thức: sự hòa đồng nhận cảm sống động một biến cố có nghĩa trí nhớ được gợi ý bằng bất cứ thứ gì trông giống với biến cố.

Theo nhận thức xã hội: người có tội còn sống sót có cảm nghĩ tự phỉ báng mình, dẫn đến những cơ chế thích ứng vô hiệu chẳng hạn như lảng tránh, kết thúc thảm họa và lạm dụng rượu.

Tâm lý động học: chấn thương trực tiếp bị chôn vùi trong tiềm thức nhưng về sau nổi bật do nội dung xúc cảm tác động mạnh.

Như chúng ta chứng kiến trong chương này, hiếm khi có một nguyên nhân duy nhất đối với căn bệnh thường gọi là "bệnh tâm thần". Những gì xảy ra ở một cá nhân là kết quả tương tác giữa nhiều yếu tố khác nhau, một số yếu tố này là yếu tố sinh lý. Chính vì lý do này mà nhiều nhà tâm lý học không thừa nhận mô hình y tế về rối loạn tâm thần, họ phát triển những tiếp cận thay thế để điều trị người "bệnh tâm thần". Chúng ta nghiên cứu một số tiếp cận thay thế này trong chương sau.

Từ khóa

ECT hai bên. Liệu pháp sốc điện được phân bố cùng lúc ở cả hai bán cầu não.

Trầm cảm lưỡng cực. Rối loạn trong đó con người dao động từ trạng thái "vui buồn thất thường" sang trạng thái trầm cảm. Trước đây gọi là loạn tâm thần hưng – trầm cảm.

Trương lực. Trạng thái tâm thần trong đó cơ thể trở nên cứng ngắt, đến mức không thể di chuyển được.

Hóa liệu pháp. Điều trị rối loạn cơ thể hay tâm thần bằng cách dùng thuốc.

Cách quy kết trầm cảm. Mẫu quy kết để phân biệt thường được thể hiện ở những người bị trầm cảm mãn tính, và giúp trầm cảm kéo dài.

Bệnh tâm thần phân liệt hỗn độn. Hình thức bệnh tâm thần phân liệt trong đó suy nghĩ và ngôn ngữ của người bệnh rất phi lý.

Dopamine. Một chất truyền thần kinh chính trong hệ thần kinh trung ương.

Ràng buộc kép. Mẫu tương tác xã hội bị xáo trộn trong đó cá nhân bị mắc kẹt giữa hai mệnh lệnh mâu thuẫn và cũng khó chịu, với một mệnh lệnh thứ ba ngăn cản họ thoát khỏi tình huống.

Liệu pháp sốc điện (ECT). Điều trị tâm thần bằng cách đưa dòng điện qua não tạo ra cơn động kinh. Một số người cho rằng để điều trị trầm cảm nội sinh.

Trầm cảm nội sinh. Hình thức trầm cảm có vẻ xuất hiện không có một yếu tố báo trước để nhận biết bất kỳ.

Trầm cảm ngoại sinh. Trầm cảm được cho rằng xảy ra do kết quả của các yếu tố báo trước từ bên ngoài chẳng hạn như việc mất đi người thân.

Liệu pháp. Tiếp cận trong tâm lý liệu pháp trong đó hoạt động sai chức năng ở cá nhân được xem là một căn bệnh của gia đình chứ không phải căn bệnh của cá nhân, và trong đó sự liên kết và các mẫu giao tiếp trong gia đình được tìm hiểu và đôi khi bị thử thách.

Điều trị nhóm. Một hình thức tâm lý liệu pháp trong đó nhiều bệnh nhân tương tác với nhau và với nhà trị liệu, trái với tình huống điều trị riêng lẻ một đối một.

Liệu pháp sốc insulin. Một hình thức điều trị tâm thần lỗi thời làm bệnh nhân hôn mê do tiêm insulin liều cao.

Tình trạng bất lực tập quen. Cách mà kinh nghiệm bị ép buộc đưa vào vai trò nạn nhân thụ động trong một tình huống có thể khái quát hóa ở các tình huống khác chẳng hạn như cá nhân hay động vật không nỗ lực tự giúp mình trong những tình huống khó chịu cho dù nỗ lực như thế sẽ công hiệu.

Cắt thùy trước trán. Việc cắt các sợi dẫn từ thùy trán trong não đến phần não còn lại.

Mở thùy. Phẫu thuật cắt bỏ thùy trán trong não.

Vui buồn thất thường. Hình thức loạn tâm thần trong đó bệnh nhân trải qua tâm trạng phấn chấn và mức sinh khí cao, thường đưa ra những đề nghị và kế hoạch hoang tưởng.

Đạo đức liệu pháp. Một trong những hình thức điều trị bệnh nhân tâm thần thành công có sớm nhất do Pinel phát triển sau Cách mạng Pháp, trên cơ sở đối xử tôn trọng bệnh nhân.

Đa nhân cách. Rối loạn nhân cách trong đó con người có vẻ có nhiều "cái tôi" khác nhau, mỗi cái tôi có trí nhớ và khả năng của riêng mình. Do chấn thương nghiêm trọng thời thơ ấu mang lại.

Nghiên cứu hồi tưởng. Nghiên cứu bao gồm việc thu thập dữ liệu về các sự kiện xảy ra trong quá khứ.

Ly giáo có khả năng là nguyên nhân gây ra sự ly giáo, hay rạn nứt giữa hai bên.

Bệnh tâm thần phân liệt. Một rối loạn tâm thần trong đó cá nhân bị tách biệt với thực tại.

Trọng lượng. Lý tưởng hiện tượng được phát hiện qua các nghiên cứu sinh lý về tính béo phì cho thấy cơ thể dường như có một trọng lượng lý tưởng có sẵn bên trong, và hành vi ăn uống hay ăn chay sẽ duy trì trọng lượng ấy.

Thuyết quyết định xã hội. Suy nghĩ cho rằng hành vi và kinh nghiệm của con người do các yếu tố xã hội, văn hóa tạo ra.

Điều trị thân thể. Hình thức điều trị trên cơ sở khắp thân thể, chẳng hạn sử dụng thuốc để kiềm chế hành vi rối loạn hơn là cố gắng giải quyết rối loạn bằng tâm lý liệu pháp.

ECT một bên. Liệu pháp sốc điện chỉ áp dụng cho một bên não

Trầm cảm đơn cực. Trầm cảm không có bất kỳ một giai đoạn vui buồn thất thường.

Tóm tắt

1. Giải thích lý do tại sao một người có hành động kỳ quặc đã thay đổi qua nhiều thế kỷ. Mô hình y tế là hình thức giải thích hiện hành trong xã hội hiện đại.
2. Hệ thống phân loại bệnh tâm thần bắt đầu với sự phân biệt giữa 5 loại: bệnh thần kinh, rối loạn nhân cách, tâm thần hữu cơ, tâm thần chức năng và giảm thiểu trí năng. Điều này dẫn đến nhiều vấn đề trong tính đáng tin cậy của chẩn đoán.
3. Hệ thống chẩn đoán tâm thần hiện tại gọi là DSM-IV, xét rối loạn qua 5 trục: triệu chứng lâm sàng, rối loạn nhân cách, tình trạng sức khỏe chung, vấn đề tâm lý xã hội và môi trường cũng như chức năng hoạt động chung.
4. Mô hình y tế hành vi bất thường là nguyên nhân dẫn đến điều trị thân thể, bao gồm hóa chất, các hình thức can thiệp bằng điện hay vật lý trên thân thể, nhằm mục đích làm thuyên giảm hay điều trị các rối loạn tâm thần. Mô hình này bị nhiều chỉ trích.
5. Tính bất thường là một khái niệm khó xác định, không phù hợp với tiêu chuẩn thống kê hay vi phạm về tính bất thường, khác nhau trong các nhóm xã hội và văn hóa. Tính chất theo quy ước của nó dẫn đến thành kiến trong chẩn đoán tâm thần.
6. Mô hình y tế nhận dạng các rối loạn cụ thể, chẳng hạn như bệnh tâm thần phân liệt và trầm cảm. Giải thích cho những rối loạn này bao gồm tính di truyền, hóa học thần kinh và các tác nhân gây căng thẳng trong xã hội.
7. Rối loạn ăn uống chẳng hạn như chứng chán ăn và cuồng thực cuối cùng dẫn đến kết quả cá nhân nhịn đói cho đến chết. Rối loạn lo âu bao gồm các chứng sợ và rối loạn căng thẳng hậu chấn thương.
8. Giải thích hiện đại đối với hầu hết các rối loạn cụ thể phủ nhận các mô hình nguyên nhân riêng lẻ, và chấp nhận mô hình căng thẳng – thể tạng: cho rằng rối loạn phát sinh từ sự phối hợp tính dễ bị tổn thương cá nhân hay sinh lý và tác động của tác nhân gây căng thẳng từ bên ngoài.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Mô tả 5 nhóm bệnh tâm thần ban đầu.
2. Các trục DSM-IIIR là gì?
3. Hãy phác họa tiếp cận nhận thức đối với bệnh trầm cảm.

Câu hỏi thảo luận

1. Hãy thảo luận một số trở ngại trong chẩn đoán tâm thần. Hệ thống chẩn đoán theo DSM-IIIR khắc phục những trở ngại này ở mức độ nào?
2. "Trở ngại trong sinh hoạt" có phải là khái niệm hữu ích hơn "bệnh tâm thần" hay không? Hãy nêu lý do.
3. Bệnh tâm thần phân liệt có di truyền

chương
9

Những mô hình thay thế mô hình y tế

- Phân tâm học
- Điều trị hành vi
- Kỹ thuật nhân văn và hiện sinh
- Liệu pháp nhận thức
- Các liệu pháp khác

Đối tượng nghiên cứu

9.1. Phân tâm học

a. Mô tả quá trình phân tâm học

b. Định nghĩa những từ khóa trong phân tâm học

c. Liệt kê những ý kiến chỉ trích phân tâm học của Eysenck

9.2. Điều trị hành vi

a. Mô tả kỹ thuật điều trị hành vi

b. Giải thích nguyên tắc tập quen làm cơ sở cho điều trị hành vi

c. Đánh giá giải thích điều trị hành vi theo thuyết hành vi

9.3. Điều trị tập trung vào khách hàng

a. Định nghĩa khái niệm sức khỏe tâm lý của Rogers

b. Phác họa nguồn gốc rối loạn tâm thần trong lý thuyết của Rogers

c. Mô tả đặc điểm chính của điều trị tập trung vào khách hàng

9.4. Điều trị hiện sinh

a. Định nghĩa thuật ngữ về điều trị hiện sinh

b. Liệt kê đặc điểm của sự ràng buộc kép

c. Mô tả giải thích bệnh tâm thần phân liệt theo thuyết hiện sinh

9.5. Liệu pháp nhận thức

a. Phác họa bốn khía cạnh chính trong liệu pháp nhận thức

b. Nhận dạng những loại quy kết khác nhau

c. Liệt kê các khía cạnh trong Hệ thống mã hóa quy kết của Leeds

9.6. Điều trị xây dựng cá nhân

a. Định nghĩa thuật ngữ về điều trị xây dựng cá nhân

b. Phân biệt giữa hệ thống xây dựng chặt và lỏng

c. Mô tả phương pháp dẫn đến thay đổi cá nhân trong điều trị xây dựng cá nhân

9.7. Điều trị hành vi duy lý – cảm xúc

a. Phác họa những khái niệm cơ bản về REBT

b. Nhận dạng các loại quan điểm trong thực tế không được thừa nhận về REBT

c. Mô tả các phương pháp dẫn đến các thay đổi cá nhân trong REBT

9.8. Các điều trị khác

a. Mô tả kỹ thuật điều trị sử dụng trong liệu pháp Cấu trúc

b. Định nghĩa thuật ngữ về phân tích hoán đổi

c. Phác họa những khái niệm chính trong liệu pháp

Cho đến khi mô hình y tế xuất hiện vào đầu thế kỷ 19, mô hình này được xem như bản thân nó đã cho thấy tình trạng "tâm thần" của một người chắc chắn sẽ có ảnh hưởng đến sức khỏe cơ thể của họ. Những yếu tố tâm lý như bố hay mẹ mất, hay thất vọng trong tình yêu được xem là đóng một phần trong nguyên nhân gây bệnh. Nhưng như chúng ta đã biết trong Chương 8, với sự hiểu biết bệnh lý học ngày càng nhiều, cùng với những khám phá mới về kính hiển vi dẫn đến việc khám phá nhiều loại virus, vi trùng, người ta hiểu rằng bệnh có nguyên nhân vật lý, có thể điều trị ở mức độ vật lý.

Hiểu biết mới này dẫn đến một loại **thuyết quyết định sinh lý** trong đó chỉ những nguyên nhân vật lý mới được xem là có khả năng gây bệnh. Giới y học ít chú ý đến các yếu tố tâm lý, và tập trung vào việc nhận dạng, ở nơi nào có thể để điều trị các yếu tố vật lý. Như chúng ta đã biết, việc phát hiện rằng bệnh tâm thần nhiều người biết đến còn gọi là "chứng liệt nhẹ chung của người mất trí" có thể ở thời kỳ thứ ba trong bệnh giang mai đã khẳng định tiếp cận này, củng cố niềm tin trong giới y học rằng nguyên nhân vật lý dẫn đến mọi xáo trộn tâm thần sau cùng sẽ được tìm thấy. Chúng ta đã chứng kiến điều trị thân thể là kết quả của tiếp cận này.

Trong Chương 7, chúng ta nghiên cứu nhiều lý thuyết nhân cách khác nhau, đa phần được các nhà tâm lý học tham gia điều trị lâm sàng phát triển. Những mô hình nhân cách khác nhau này cũng tạo ra những giải thích khác nhau về những gì đang diễn ra khi một người bị "bệnh" tâm lý, vì thế những ý kiến khác nhau đưa ra để tìm cách chữa trị hiệu quả nhất. Các nhà trị liệu khác cũng phát triển mô hình về những gì đang diễn ra khi con người có biểu hiện hành vi xáo trộn hay bất thường và phát triển cách điều trị cho phù hợp. Trong chương này, chúng ta khảo sát một số hình thức điều trị khác nhau tượng trưng mô hình thay thế cho mô hình y tế như một hình thức tìm hiểu và giải quyết hành vi xáo trộn.

PHÂN TÂM HỌC

Đầu thế kỷ 20, ảnh hưởng của Freud và các lý thuyết gia phân tâm học khác thêm một lần nữa nêu bật quan điểm bệnh sinh ra là do tâm lý. Trong Chương 7, chúng ta xét đến các quan điểm nhân cách theo phân tâm học. Tiếp cận của Freud tập trung vào **rối loạn tâm thể** – rối loạn có vẻ thuộc về thân thể nhưng có nguồn gốc tâm lý – và trình bày cách giải thích theo nghĩa những xung đột sâu trong nội tâm trong suy nghĩ tiềm thức.

Tiếp cận điều trị theo phân tích tâm lý còn gọi là phân tâm học. Phân tâm học bao gồm nỗ lực làm rõ các động cơ và quan tâm của suy nghĩ tiềm thức để cái tôi phát triển các chiến lược đối phó hiệu quả hơn. Freud sử dụng nhiều kỹ thuật khác nhau để làm lộ rõ những quan tâm tiềm ẩn này như chúng ta đã biết trong Chương 7, thuật thôi miên, liên tưởng tự do, phân tích sự lỡ lời và phân tích ước mơ. Quá trình làm lộ rõ những xung đột tiềm ẩn này, theo ông, là một quá trình lâu dài, vì bệnh nhân phải sử dụng cơ chế phòng thủ. Nhưng khi làm rõ chúng, bệnh nhân có khả năng nhận biết chúng, và phát triển những chiến lược đối phó mới, ít tốn hại hơn.

Một số kỹ thuật sử dụng trong **phân tâm học** một phần nhằm mục đích khuyến khích cơ chế phòng thủ ở bệnh nhân nổi bật. Freud cho rằng chẳng hạn các nhà trị liệu áp đặt nhân cách của riêng mình càng ít càng tốt – họ giữ mức độ trung lập, tách rời. Như thế họ sẽ làm cho bệnh nhân sử dụng chúng dễ hơn như một tiêu điểm làm lộ ra cảm xúc, như sự giận dữ hay ghen tị đối với bố mẹ. Cảm xúc lộ ra dễ hơn nếu có mục tiêu cho nó, nhà phân tâm học áp đặt nhân cách khác lên sự tương tác càng ít càng tốt.

Tiếp cận tâm lý liệu pháp của Freud bị Eysenck kịch liệt chỉ trích trong năm 1952, ông công bố một luận văn cho rằng thực sự có rất ít chứng cứ cho thấy phân tâm học thành công, vì tỉ lệ bệnh nhân khỏi bệnh sau khi áp dụng phân tâm học khác nhau không đáng kể so với tỉ lệ mong đợi trong **sự thuyên giảm tự phát** (khỏi bệnh qua thời gian không cần điều trị). Khoảng 30% mẫu bệnh nhân có rối loạn thần kinh đều khỏi bệnh tự phát, Eysenck cho rằng điều này phù hợp với tỉ lệ thành công của phân tâm học trong mẫu tương tự cũng 30%.

Mọi người hiểu rằng qua luận văn này Eysenck cho rằng phân tâm học là vô hiệu quả, mặc dù thực ra ông chỉ lập luận tính hiệu quả của phân tâm học ít có chứng cứ. Rosenzweig (1954) không thừa nhận lập luận của Eysenck với một vài lý do, nhất là cho rằng có sự khác biệt giữa hai mẫu, rối loạn ở những người khỏi bệnh tự phát không nghiêm trọng bằng những người được điều trị bằng phân tâm học.

Tuy nhiên, ý kiến chỉ trích đã tạo ra rất nhiều nghiên cứu sự hiệu quả của phân tâm học, khi các nhà phân tâm học nhận thấy rằng thực ra cuộc điều tra ít có hệ thống cũng như đối với tính công hiệu trong cách điều trị. Khi xem lại những nghiên cứu này vào năm 1985, Eysenck kết luận rằng vẫn còn ít chứng cứ cho thấy phân tâm học có nhiều hiệu quả hơn các hình thức tâm lý liệu pháp chiết trung khác (xem Khung 9.1). Ngoài ra ông cho rằng vì các nhà phân tâm học thường chỉ nhận điều trị bệnh nhân YAVIS (YAVIS tượng trưng young – thanh niên, attractive – hấp dẫn, verbal – bằng lời nói, intelligent – thông minh và successful – thành công), họ được chiếu cố đến nhiều, và nhóm bệnh nhân này có khả năng phục hồi nhanh nhất. Dĩ nhiên những kết luận này tạo ra tranh luận gay gắt ở giới phân tâm học, mặc dù ngay cả Kline (1984), trong khi bênh vực lý thuyết của Freud cũng kết luận rằng thật khó, chứ không phải là không thể có được chứng cứ dứt khoát cho rằng phân tâm học thực sự hiệu quả hơn loại điều trị khác bất kỳ.

Chỉ trích của Eysenck phần lớn nhắm vào phân tâm học của Freud nhưng những hình thức lý thuyết phân tâm học khác cũng chuyển tải những ngụ ý khác nhau về phân tâm học. Trong Chương 7, chẳng hạn, chúng ta đã biết điều trị của Jung dựa trên cơ sở cho rằng việc đặt bệnh nhân vào sự tiếp xúc với tiềm thức chung là một cơ chế chữa bệnh, phục hồi sự hài hòa bên trong cũng như sự cân bằng ở cá nhân. Các nhà phân tâm học khác phát triển các phương pháp khác bắt nguồn từ những cách hiểu cá nhân khác nhau của họ. Đánh giá những điều trị như thế cực khó vì chúng không dựa vào triệu chứng: làm sao đánh giá được sự hài hòa với cái tôi bên trong của một người?

PHÂN TÂM HỌC VÀ ĐIỀU TRỊ CƠ THỂ

Phần lớn Freud quan tâm đến loại rối loạn tâm thể thường được gọi là **hysteria** trong đó rối loạn không có nguồn gốc vật lý – rối loạn được "hình thành" bằng suy nghĩ tiềm thức để giải quyết một số xung đột bên trong. Nhưng có một hình thức rối loạn tâm thể khác, trong đó bệnh được nhận dạng theo nghĩa vật lý – chẳng hạn như bệnh truyền nhiễm – được mang đến hay ít nhất chịu nhiều ảnh hưởng bởi thái độ tiềm thức của bệnh nhân. Mặc dù Freud quan tâm đến điều này cũng như bệnh hysteria nhưng dường như ông không nghiên cứu vấn đề đặc biệt sâu sắc.

Một trong những nhà phân tâm học đầu tiên nghiên cứu hình thức thứ hai này của bệnh tâm thể là Georg Groddeck (1866-1934). Groddeck cho rằng những người không kiểm soát đời sống của riêng mình có ý thức mà bị thực thể tiềm thức khống chế mà ông gọi là "It". "It" quyết

Khung 9.1 Phê bình của Eysenck về phân tâm học

Khi xem lại nhiều nghiên cứu khác nhau về tính hiệu quả của tâm lý liệu pháp do ông tiến hành năm 1965, Eysenck rút ra những kết luận gây nhiều tranh cãi sau.

1. Nếu nhóm bệnh nhân thần kinh không được chữa trị được so sánh với nhóm bệnh nhân thần kinh chữa trị bằng tâm lý liệu pháp, thì tỉ lệ phục hồi trong hai trường hợp về cơ bản giống nhau.
2. Binh lính bị suy nhược thần kinh chắc chắn sẽ khỏi bệnh cho dù họ có được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp hay không.
3. Binh lính bị bệnh thần kinh cách ly với nhiệm vụ cũng có cơ hội hồi phục tương tự với việc họ có được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp hay không.
4. Dân thường bị bệnh thần kinh được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp phục hồi hay cải thiện ở mức độ giống với người không được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp.
5. Trẻ em bị rối loạn cảm xúc và được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp phục hồi hay cải thiện ở mức độ giống với trẻ không được chữa trị.
6. Bệnh nhân thần kinh hồi phục đáng kể, nhanh hơn nếu được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp trên cơ sở lý thuyết tập quen hơn là được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp trên cơ sở nguyên tắc chiết trung hay phân tâm học.
7. Bệnh nhân thần kinh được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp không cải thiện nhanh hơn những người được chữa trị bằng tâm lý liệu pháp chiết trung. Khi giải thích một tỉ lệ lớn những người không được chữa trị, thậm chí cho rằng họ cải thiện chậm hơn.
8. Ngoài tâm lý liệu pháp trên cơ sở lý thuyết tập quen, nghiên cứu về tính hiệu quả của tâm lý liệu pháp đối với bệnh nhân thần kinh, dù là thường dân hay giới quân sự, người lớn hay trẻ em, cho thấy rằng công dụng điều trị rất ít hay không hiện hữu, không khác biệt mấy với công hiệu không cụ thể từ cách điều trị y tế thông thường hay sinh hoạt thường nhật.

Nguồn: Phỏng theo Eysenck, 1985

định khi nào con người sinh ra và chết đi, bằng cách nào và liệu họ có thành công trong đời sống hay không, bằng cách nào và liệu họ có mắc bệnh hay không.

"It" của Groddeck có vẻ giống với sự phối hợp xung đột bản năng của Freud và tiềm thức của Jung – phù hợp với cả hai xung lực bản năng và sự khôn ngoan nguyên thủy của cá nhân và của giống người. Theo Groddeck, điều mà quan điểm này ngụ ý là bệnh phục vụ một số mục đích chức năng đối với cá nhân. Người ta bệnh vì phải đáp ứng một số nhu cầu tiềm thức. Theo mô hình này, có thể điều trị mọi căn bệnh – thậm chí bệnh cơ thể – áp dụng kỹ thuật phân tâm học.

Ngày nay, tiếp cận của Groddeck bị dèm pha, mặc dù có nhiều cách điều trị "thay thế" cũng hoạt động từ lý thuyết mặc nhiên cho rằng bệnh thực hiện chức năng tâm lý đối với cá nhân. Một cách điều trị như thế, phương thuốc dùng hoa của Bach, theo quan niệm cho rằng có một hình thức xáo trộn tâm thần hay rối loạn tương ứng với từng loại bệnh, vì thế điều trị bệnh trên cơ thể nên bắt đầu bằng việc nhận dạng nguyên nhân tâm lý nền tảng. Lúc ấy sử dụng mùi hương của hoa để điều trị rối loạn tâm lý, và đến lượt cách này được cho rằng điều trị bệnh trên cơ thể.

Thật thú vị, chúng ta càng biết nhiều về căng thẳng, nhất là căng thẳng dài hạn, ảnh hưởng đến cơ thể ra sao thì chúng ta càng phát hiện các yếu tố tâm lý đôi khi góp phần vào sự phát triển rối loạn vật lý (chúng ta khảo sát điều này chi tiết trong Chương 13) cho dù người ta có chấp nhận mô hình phân tâm học hay không, có thể quá trình phân tâm học làm lộ ra những rối loạn tiềm ẩn và tìm cách giải quyết chúng hiệu quả hơn là cách làm giảm căng thẳng tốt nhất, cũng như hữu ích trong việc điều trị rối loạn tâm thể vì lý do ấy.

ĐIỀU TRỊ HÀNH VI

Điều trị hành vi là hình thức điều trị hoạt động từ quan điểm theo thuyết hành vi. Nghĩa là nó phớt lờ mọi nguyên nhân cơ bản có thể gây ra hành vi xáo trộn, chỉ tập trung vào hành vi xáo trộn mà cá nhân đang biểu hiện. Hành vi bất thường được cho rằng sinh ra từ việc tập quen sai lầm hay không thích hợp. Vì thế, theo mô hình này, có thể hỗ trợ bằng những hình thức tập quen mới – các mẫu hành vi thay thế mang tính xây dựng nhiều hơn đối với đời sống của riêng cá nhân ấy.

Công trình nền tảng để điều trị hành vi ra đời được đưa ra vào năm 1920, khi Watson và Rayner tiến hành nghiên cứu "little Albert" nổi tiếng, chứng minh rằng các chứng sợ được gây ra bởi ngoại cảnh rõ nét. Trong một nghiên cứu đáng nghi vấn nhất về mặt đạo đức trong lịch sử tâm lý học, một đứa trẻ 9 tháng tuổi, được mô tả là "dửng dưng, không xúc cảm" lúc khởi đầu nghiên cứu, phải giật mình do một tiếng động đột ngột, rất lớn do cú đánh mạnh vào một thanh sắt mỗi lần trẻ đùa giỡn với một con chuột bạch. Thật nhanh, trẻ thể hiện biểu hiện sợ chuột, khóc thét lên và tìm cách bò tránh xa chuột. Với tất cả ý định và mục đích, Albert được rèn luyện có chứng sợ thậm chí khái quát hóa với các đối tượng tương tự như một con thỏ lông rậm chẳng hạn.

Tuy nhiên, ngụ ý của nghiên cứu này – nếu chứng sợ có thể được tập quen thì cũng có khả năng không được tập quen – không được tán thành cho đến thập niên 1950. Vào thời điểm này ngành điều trị đã sẵn sàng chuyển mình. Ngoài ý kiến chỉ trích phân tâm học của Eysenck mà chúng ta vừa khảo sát, cũng diễn ra những phát triển khác. Năm 1950, Dollard và Miller chứng minh nguyên tắc phân tâm học có thể được giải thích theo lý thuyết tập quen: năm 1953 B.F Skinner ấn hành tác phẩm Khoa học và Hành vi Con người, cho rằng mọi hành vi con người đều giải thích theo nguyên tắc biến đổi ngoại cảnh và vào năm 1958, Wolpe công bố những giải thích đầu tiên về việc áp dụng sự gây tê có hệ thống làm cách điều trị các chứng sợ.

CÁC HÌNH THỨC ĐIỀU TRỊ HÀNH VI

Nói chung có ba tuyến điều trị khác nhau nổi bật trong mô thức điều trị hành vi. Thứ nhất bao gồm những hình thức điều trị trên cơ sở **biến đổi ngoại cảnh cổ điển** – liên tưởng trực tiếp giữa kích thích và phản ứng. Thứ hai bao gồm điều trị trên cơ sở **biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm** và thứ ba bao gồm điều trị trên cơ sở **lý thuyết tập quen xã hội.** Chúng ta khảo sát mô hình nhân cách ngụ ý trong những khái niệm này trong Chương 7 và những mô hình này bao gồm giả định nền tảng làm cơ sở điều trị.

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển

Điều trị trên cơ sở biến đổi ngoại cảnh cổ điển bao gồm việc điều trị chứng sợ bằng cách gây tê có hệ thống và liệu pháp âm khép, và điều trị ác cảm bằng cách tránh kích thích. **Sự gây tê có hệ thống** bao gồm việc làm cho bệnh nhân mắc chứng sợ quen dần với đối tượng sợ của họ ở hình thức yếu nhất, bằng cách dạy cho họ kỹ thuật thư giãn. Khi họ có thể thư giãn, thoải mái khi gặp đối tượng khiến họ sợ, thì thay đổi kích thích, sao cho lúc này họ phải tập quen, và cảm thấy thoải mái hơn khi gặp đối tượng làm họ sợ ở hình thức mạnh hơn. bằng cách từ từ tác động lần lượt đưa ra nhiều tình huống sợ hãi và tập quen, thoải mái, bớt sợ đối với từng tình huống, sau cùng bệnh nhân có thể giải quyết tình huống gây sợ hãi nhiều nhất nhưng không hề hoảng hốt. Một loạt hành vi tập quen mới được hình thành, thay thế cho những loạt hành vi kém thích nghi trước đây.

Liệu pháp bùng nổ là một tiếp cận cực đoan hơn, hoạt động trên nguyên tắc cho rằng còn sợ là nhu cầu khắt khe về sinh lý và xúc cảm, như thế không thể được duy trì vô hạn. Vì thế nếu gặp kích thích gây sợ kéo dài sau cùng sẽ tạo ra **sự thích ứng:** cá nhân sẽ quen thuộc với kích thích đến mức không còn sợ hãi nữa. Sử dụng kỹ thuật này, một cá nhân mắc chứng sợ đi lại sau một tai nạn sẽ được ngồi trong căn phòng, quanh mình là những màn hình video chiếu cảnh ô tô hướng về họ từ mọi phía. Mặc dù ban đầu họ rất hoảng hốt, nhưng sau đó nỗi sợ tan biến: sự liên tưởng tập quen giữa sợ hãi và kích thích đã bị dập tắt.

Điều trị ác cảm nhằm mục đích tránh kích thích hơn là thích ứng với kích thích. Trong điều trị này, khi gặp kích thích thường kèm theo một kinh nghiệm khó chịu. Quan niệm cho rằng sau cùng cả hai sẽ kết hợp với nhau, sao cho cá nhân tránh được kích thích. Có lẽ minh họa phổ biến nhất khi điều trị ác cảm trong thực tế lâm sàng là điều trị người nghiện rượu bằng thuốc Antabuse – một loại thuốc gây nôn mửa dữ dội khi cá nhân uống rượu. Thuốc ở dạng cấy, phải mất vài tuần mới hết thuốc: vào cuối thời điểm ấy (theo lý thuyết, chứ không phải gặp trong thực tế), người nghiện sẽ tập quen hành vi mới và không chắc uống rượu nữa.

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm

Tuyến điều trị hành vi thứ hai áp dụng tiếp cận biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm. Trong tuyến này, sự tập quen mới xuất hiện vì nó được củng cố hay tưởng thưởng, và kỹ thuật điều trị bao gồm những phương pháp làm việc này. Một trong những ứng dụng ngoại cảnh thực nghiệm đầu tiên trong bối cảnh lâm sàng bao gồm việc phát triển **hệ thống kinh tế quy ước** giúp phục hồi bệnh nhân tâm thần trong các cơ sở từ thiện.

Vì những người này phải sống trong bệnh viện tâm thần trong nhiều thập niên, việc dạy họ cách tự lực hơn là bị động lệ thuộc vào đội ngũ chăm sóc là một việc làm phức tạp. Trong một số bệnh viện, áp dụng hệ thống kinh tế quy ước, trong đó bệnh nhân thể hiện hành vi thích hợp được thưởng tiền quy ước, có thể trao đổi để được thêm đặc quyền, hay đôi lúc dùng để đổi hàng hóa trong cửa hàng bệnh viện.

Hệ thống kinh tế quy ước cũng sử dụng kỹ thuật **định dạng hành vi** để đào tạo cá nhân theo các chuỗi hành vi phức tạp. Phương pháp bao gồm việc hình thành hành vi phức tạp bằng cách trước tiên thưởng cho hành vi. Chẳng hạn sẽ là điều không thực tế khi cho rằng bệnh nhân trong cơ sở từ thiện phải quét dọn phòng thật sạch sẽ nếu trước đây họ chưa hề quét dọn như thế. Trong trường hợp như thế, bệnh nhân chỉ cần cố gắng cầm lấy chổi, quét vài cái, là được thưởng. Khi bệnh nhân đã quen với động tác ấy, khuyến khích họ quét nhiều hơn nữa rồi mới thưởng. Tiêu chuẩn nhận tiền quy ước sẽ được điều chỉnh dần dần, khi bệnh nhân ngày càng có nhiều khả năng có hành vi mong muốn hơn cho đến khi sau cùng họ hoàn toàn tập quen với hành vi ấy.

Tập quen xã hội

Một tuyến điều trị hành vi thứ ba bao gồm việc dạy hành vi mới thông qua quá trình **mô phỏng** và **làm mẫu.** Nguyên tắc này dựa trên cơ sở lý thuyết tập quen xã hội của Bandura. Có hai quan niệm nòng cốt: mô phỏng là cách tập quen toàn bộ các đơn vị hành vi không cần thử nghiệm và sai sót, và nhận dạng là phương pháp tạo ra hành vi hoàn toàn mới nhất quán với mong đợi của xã hội.

Có nhiều chương trình sửa đổi hành vi dựa trên mô hình mô phỏng hay sử dụng kỹ thuật như đóng vai trò để thực hiện chuỗi hành vi theo mẫu. Bandura (1969) cho rằng hành vi bất thường có thể được xem là rối loạn tập quen xã hội, theo nghĩa nhiều người có biểu hiện hành vi bất thường thường không tập quen các kỹ năng và hành động phù hợp với xã hội. Vì thế, áp dụng những kỹ thuật này trong một quá trình mà Bandura mô tả là **tâm lý liệu pháp hành vi** sẽ giúp cá nhân tập quen với cách hành động thích hợp hơn, nhờ vậy loại trừ sự đau khổ do cách ly xã hội gây ra.

Có nhiều ý kiến chỉ trích điều trị hành vi – chủ yếu đối với chính tiếp cận cơ sở của thuyết hành vi, có nhiều ảnh hưởng trong những năm đầu điều trị hành vi. Thuyết hành vi khẳng định phải duy trì tiếp cận "hộp đen" để tìm hiểu con người – áp dụng nguyên tắc cho rằng những gì đang diễn ra bên trong đầu là không quan trọng, và chỉ những kích thích tác động đến con người, và hành vi con người thể hiện mới là điều quan trọng. Nhưng Breger và McGaugh (1965) chỉ trích những khẳng định này của các nhà trị liệu hành vi, cho rằng cách điều trị của họ thật ra không dựa trên cơ sở hành vi. Họ lập luận: "thư giãn" và "tưởng tượng bối cảnh" không phải là sự kiện theo thuyết hành vi mà chỉ là sự kiện tâm thần, vì thế không nhất quán khi khẳng định rằng kỹ thuật điều trị chỉ tập trung duy nhất vào hành vi.

Ngoài ra, Breger và McGaugh bàn về tầm quan trọng của mối quan hệ bệnh nhân – nhà trị liệu trong điều trị hành vi. Thậm chí sử dụng tiếp cận điều trị hành vi, có vẻ như bệnh nhân chỉ phục hồi khi có mối quan hệ tích cực với nhà trị liệu. Dĩ nhiên hiểu đúng theo nghĩa hành vi, bệnh nhân đang được điều trị không phải là điều quan trọng vì lý thuyết cho rằng chỉ có dầu vào kích thích mới quan trọng. Trong lý thuyết, một cỗ máy cũng được sử dụng để điều trị. Mặc dù trong thực tế điều này không quan trọng.

Ý kiến chỉ trích này kém thích hợp hơn đối với tâm lý liệu pháp hành vi của Bandura và người khác, vì giải thích hiện tượng ý thức xã hội giống như mô phỏng và làm mẫu. Tuy nhiên, vấn đề quan trọng trong thời đại là sự tương phản giữa điều trị hành vi và phân tâm học. Trước thập niên 1950, phân tâm học là hình thức tâm lý liệu pháp thịnh hành. Điều trị hành vi hoạt động từ một góc độ gần như hoàn toàn trái ngược, chứng tỏ cực kỳ hữu ích đối với một số rối loạn thật cụ thể, như các chứng sợ, mặc dù kém hữu ích hơn trong việc điều trị "các bệnh tâm thần" dải rộng. Bằng việc mở rộng lĩnh vực, sự ra đời của điều trị hành vi cũng tạo cơ hội cho các hình thức tâm lý liệu pháp khác phát triển.

ĐIỀU TRỊ NHÂN VĂN VÀ HIỆN SINH

Thập niên 1950 chứng kiến sự xuất hiện của trường phái **nhân văn** trong tâm lý học, nói chung như là một phản ứng đối với tiếp cận máy móc của thuyết hành vi nhưng một phần cũng là phản ứng đối với những gì được xem là bức tranh tiêu cực do phân tâm học nêu ra. Bản chất của trường phái này, ít ra trong lĩnh vực lâm sàng, là nghiên cứu những gì cấu thành sức khỏe tâm thần. Đối với thuyết hành vi, sức khỏe tâm thần tích cực chỉ bao gồm sự khiếm diện các triệu chứng bệnh lý. Đối với những nhà phân tâm học theo

Freud, sức khỏe tâm thần bao gồm việc duy trì sự cân bằng giữa áp lực tiềm thức và nhu cầu thực tại. Nhưng trường phái suy nghĩ nhân văn cho rằng sức khỏe tâm thần tích cực bao gồm sự tăng trưởng và phát triển tâm lý chứ không phải hạn chế trong hành động kỳ quặc và giấu kín xung đột tiềm thức.

ĐIỀU TRỊ TẬP TRUNG VÀO KHÁCH HÀNG

Như chúng ta đã thấy trong Chương 7, Carl Rogers (1961) cho rằng người "khỏe mạnh" tâm lý là những người có thể đáp ứng cả nhu cầu tôn trọng tích cực từ người khác và nhu cầu tự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình. Điều này có nghĩa họ liên tục thể hiện nhiều phần trong chính mình, và sự trưởng thành ấy là một quá trình tự phát triển và tăng trưởng tâm lý liên tục, năng động.

Cân bằng các nhu cầu cần thiết

Theo Rogers, "bệnh tâm thần" bắt nguồn từ nỗ lực của bệnh nhân đối phó với việc không được người khác tôn trọng tích cực. Nếu một người không hề được người khác tôn trọng tích cực không điều kiện thì họ luôn cảm thấy rằng mình cần giành lại sự tôn trọng tích cực ở những người xung quanh. Vì thế họ không thể bị rủi ro khi tìm hiểu thiên hướng của riêng mình trong trường hợp bị người khác phản đối. Điều này có nghĩa nhu cầu tự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình nói chung không được thực hiện. Chúng ta đã biết trong Chương 7, họ phát triển những tiêu chuẩn hành vi cao cho bản thân đến mức không thực tế và cảm thấy lo âu vì không sống theo khái niệm cái tôi lý tưởng.

Về lâu dài, điều này tạo ra sự rạn nứt giữa điều họ nhận thấy là cái tôi nội tâm thực sự của mình với cái tôi bên ngoài, đang hoạt động như một bộ phận giành lại sự thừa nhận của xã hội. Theo Rogers chính sự lo âu do rạn nứt này gây ra, đã tạo ra bệnh thần kinh: con người nhận biết về cái tôi bên trong và bên ngoài, và sự lo âu không có sự hòa hợp giữa cả hai. Theo Rogers, loạn tâm thần xuất hiện khi cái tôi bên trong và bên ngoài bị chia rẽ đến mức giữa chúng không còn điểm nào tiếp xúc nữa. Tuy nhiên, tâm lý liệu pháp của Rogers phần lớn giải quyết rối loạn thần kinh hơn là rối loạn tâm thần.

Tôn trọng tích cực không điều kiện

Rogers cho rằng nếu một người có khả năng chắc chắn hơn trong sự tôn trọng tích cực mà họ nhận được từ người khác thì họ có thể tìm ra cách giải quyết "rối loạn đời sống" của mình, như một phần động cơ hướng về nhu cầu tự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình. Vì thế theo Rogers (1951), vai trò của nhà trị liệu là phải cung cấp mối quan hệ **tôn trọng tích cực không điều kiện** giúp cá nhân thoải mái tìm hiểu tùy chọn đời sống của riêng mình và thỏa mãn nhu cầu tự thể hiện đầy đủ tiềm năng của mình.

Rogers cho rằng con người có thể tự giúp mình một cách hoàn hảo, một khi họ cảm thấy chắc chắn và có khả năng tìm hiểu khả năng có thể xảy ra nhưng không gây phương hại đến nguồn tôn trọng tích cực. Ngoài ra, ông cho rằng thực ra họ là những người duy nhất hiểu rằng điều gì là quan trọng, và phải giúp họ tìm được lời đáp của riêng mình chứ không phải lời đáp của người khác. Rogers mô tả điều trị này là **điều trị tập trung vào khách hàng** vì ông nhấn mạnh rằng chính bệnh nhân chứ không phải nhà điều trị mới là người biết rõ bản thân mình nhất. Ông sử dụng từ "khách hàng" vì ông muốn phủ nhận ngụ ý tính lệ thuộc và thụ động vốn có khi sử dụng từ "bệnh nhân". Công việc của nhà trị liệu không phải là "chữa trị" cho bệnh nhân mà phải tạo ra mối quan hệ thân tình giúp bệnh nhân có cảm giác được tôn trọng tích cực.

Để điều trị tập trung vào khách hàng thành công, Rogers (1957) cho rằng nhà trị liệu phải có ba phẩm chất. Họ phải **thành**

thật vì không thể thích giả vờ hay tôn trọng tích cực không điều kiện thật thuyết phục và khách hàng luôn nhận biết khi nhà trị liệu có vẻ mặt đáng ngờ. Nhà trị liệu phải **đồng cảm** vì điều quan trọng khi họ nhận thức sự việc giống như bệnh nhân và tôn trọng sự chọn lựa của khách hàng. Nếu không đồng cảm với khách hàng thì không hẳn họ tôn trọng khách hàng. Quan trọng nhất theo Rogers nhà trị liệu phải **không định hướng** khả năng tương tác với khách hàng nhưng nói chung không áp đặt suy nghĩ hay ý kiến của riêng mình. Nếu không kết quả điều trị sẽ phản ánh mong muốn của nhà trị liệu nhưng không hề thỏa mãn nhu cầu thực sự của khách hàng. Khách hàng cũng phối hợp với đề nghị của nhà trị liệu – thậm chí giả vờ như có vẻ bản thân họ muốn – vì họ sợ sự phản đối nếu không giả vờ như thế. Vì những khách hàng như thế luôn tìm kiếm sự tán thành trong cuộc sống nên họ chỉ chọn lấy những gợi ý thậm chí tế nhị nhất.

Tiếp xúc nhóm

Mặc dù đặc điểm quan trọng nhất là tạo ra thái độ tôn trọng tích cực không điều kiện sao cho cá nhân cảm thấy an toàn trong mối quan hệ. Sau này, Rogers cho rằng tôn trọng tích cực không điều kiện cần thiết cũng được người khác tạo ra nếu họ gặp nhau mặt đối mặt không mang tính đe dọa (Rogers, 1970). Ông nêu ra **tiếp xúc nhóm** đầu tiên: nhóm trong đó con người gặp nhau an toàn và cởi mở. Trong một tình huống như thế, con người cảm thấy thoải mái tìm hiểu nhu cầu tiềm năng của mình trong một môi trường thư giãn và chấp nhận. Tiếp xúc nhóm được một người **tạo điều kiện thuận lợi** dẫn dắt, hỗ trợ sự phát triển bầu không khí cởi mở, tin cậy nhưng có thể không định hướng. Khi mọi người quen biết lẫn nhau, họ tỏ thái độ tôn trọng tích cực và hỗ trợ nhau.

Tiếp xúc nhóm kéo dài trong nhiều giai đoạn khác nhau. Họ gặp nhau thường xuyên hay sau một vài ngày. Nhưng điều quan trọng là sự tập hợp nhóm phải kéo dài sao cho mọi người có thời gian vượt qua sự bỡ ngỡ ban đầu khi tiếp xúc với người không có chiến lược tự bảo vệ mình hay cơ chế phòng thủ. Vai trò của nhà trị liệu là tạo điều kiện phát triển bầu không khí cởi mở này nhưng thực ra không quyết định điều gì đang diễn ra. Như thế, để tiến hành điều trị kiểu Rogers cần phải có nhà trị liệu nhiều kỹ năng, tin tưởng rất thành thật vào khả năng của khách hàng khi quyết định giải pháp cho riêng mình.

Lúc ấy điều trị tập trung vào khách hàng là việc hình thành mối quan hệ tích cực, ấm áp giữa nhà trị liệu hay nhóm và khách hàng. Áp dụng tiếp xúc nhóm để khách hàng tiếp xúc với người khác theo cách không đe dọa sao cho họ tạo ra bầu không khí tôn trọng tích cực lẫn nhau, tương đương với việc tạo ra bầu không khí này qua cá nhân nhà trị liệu.

ĐIỀU TRỊ HIỆN SINH

Thuyết hiện sinh cho rằng nếu chúng ta hiểu đầy đủ về sự sinh tồn của con người thì cũng cần tìm hiểu lựa chọn của mình. Những người theo thuyết hiện sinh xem con người phải chịu trách nhiệm trực tiếp đối với sự lựa chọn trong đời sống của mình trên cơ sở chúng ta luôn tự do phát biểu "không" và nhận lấy hậu quả. Thuyết nhấn mạnh đến sự tự nguyện của cá nhân, và quyền chọn lựa cho chính mình. Vì thuyết hiện sinh cho rằng con người luôn chịu trách nhiệm về hành động của mình: sử dụng "bệnh tật" làm lời cáo lỗi không thể chấp nhận được. Vì thế theo quan điểm hành vi bất thường này, bệnh tâm thần được xem là một chọn lựa ở bệnh nhân – chọn cách ẩn mình trong bệnh tật khi thực tại không thể chấp nhận được.

Tính không an toàn bản thể học

Trong tác phẩm đầu tiên về chủ đề này, Laing (1965) phân biệt giữa cá nhân an toàn bản thể học và cá nhân không an toàn bản thể học. Từ "bản thể học" có nghĩa ám chỉ lịch sử đời sống của cá nhân, về mặt cá nhân họ phát triển ra sao, và **an toàn bản thể học** nghĩa là kinh nghiệm đời sống của một người giúp họ trưởng thành với hiểu biết tích cực sự nhận dạng của riêng mình và vị trí của họ trên thế giới.

Tùy vào tình huống ban đầu của họ, con người lớn lên có hay không có sự an toàn bên trong này. Laing xem **tính không an toàn bản thể học** phát xuất từ những mẫu chức năng hoạt động trong gia đình bị xáo trộn. Quan điểm này của ông trên cơ sở công trình của Bateson *và người khác* (1956), người chứng minh rằng một số gia đình có các mẫu tương tác thực sự làm tăng sự phát triển bệnh tâm thần phân liệt ở một số thành viên. Những gia đình bị xáo trộn này, theo Bateson làm cá nhân bị mắc kẹt trong các tình huống ông mô tả là "ràng buộc kép". Nói chung, **ràng buộc kép** là một chuỗi tương tác trong đó con người bị mắc kẹt giữa hai tập hợp mong đợi hay yêu cầu của xã hội không thể chấp nhận được đến mức sau cùng bất cứ những gì họ làm cũng là sự đe dọa cá nhân (ràng buộc kép được mô tả chi tiết hơn trong Khung 9.2 trang 276).

Theo Laing, kinh nghiệm ban đầu như thế này làm cho con người cảm thấy không an toàn, người xuất thân từ gia đình thuộc loại này thường ít có cơ hội phát triển ý thức mạnh, tự tin về bản thân. Mặc dù họ có thể kiểm soát tình huống không có nhiều yêu cầu đối với họ, nhưng về mặt bản thể học, họ không an toàn, ý thức về bản thân của họ rất mong manh.

Nguy cơ tâm lý học

Laing cho rằng sự không an toàn bản thể học mà con người cảm thấy khi đối mặt với ba loại nguy cơ tâm lý. Thứ nhất là nguy cơ **bị nhận chìm** - quan niệm cho rằng người khác sẽ lấn át họ, bằng việc đưa ra các yêu cầu cho đến khi nhân cách của riêng họ hoàn toàn bị nhận chìm và biến mất. Loại đe dọa thứ hai là bùng nổ – vì con người có thể hình thành một khái niệm cái tôi chắc chắn nên cảm thấy bên trong mình "trống rỗng". Do đó, họ không thể chịu đựng nổi trước áp lực bên ngoài, và sợ rằng thế giới bên ngoài sẽ tàn phá và xóa sạch cái tôi bên trong. Đe dọa thứ ba mà Laing nhận dạng là đe dọa **chết điếng** – con người cảm thấy bất lực khi kháng cự với người khác và không thể hành động theo nhu cầu của mình hay tự khẳng định mình ngay cả khi họ không muốn làm những việc mà họ mong đợi.

Ba nguồn đe dọa này theo Laing có nghĩa là cá nhân không an toàn về bản thể học sẽ gặp sự rạn nứt giữa cái tôi "bên trong" và "bên ngoài". Vì họ cảm thấy dễ bị đe dọa như thế và chính mình không thể an toàn, phần lớn những gì họ làm đều mất nhân tính, và không có gì để làm với cách chọn hành động của cái tôi thật sự bên trong. Thay vào đó, cái tôi bên trong vẫn còn tiềm ẩn, và một cái tôi bên ngoài hoàn toàn giả dối chiếm lĩnh.

Tìm hiểu bệnh tâm thần phân liệt

Laing loại bỏ quan điểm cho rằng có vấn đề chẳng hạn như chẩn đoán tâm thần "khách quan". Ông cho rằng quá trình gán cho một người mắc bệnh tâm thần chẳng hạn như "tâm thần phân liệt", bao gồm cách đánh giá của xã hội về phần xã hội và bác sĩ tâm thần tham gia chẩn đoán. Điều này rất quan trọng khi nghiên cứu quá trình áp dụng cách gọi tên tâm thần, đến lượt nó sẽ hướng sự chú ý đến bản chất tương tác trong gia đình, và hướng đến giả định về bệnh nhân của giới y khoa.

Thuyết hiện sinh của Laing bao gồm lập trường **hiện tượng học** cho rằng tìm hiểu thực thể khách quan mà một người đang đối mặt không phải là việc quan trọng đặc biệt. Thay vào đó chính cách bệnh nhân nhận xét vấn đề mới là điều quan trọng. Laing lập luận từ quan điểm này cho rằng mọi nỗ lực giải quyết rối loạn tâm thần, thậm chí loạn tâm thần cực độ, cần giải quyết vấn đề tìm hiểu thế giới quan của người bệnh. Mặc dù quan điểm này không có vẻ là một khẳng định khác thường nhưng điều quan trọng cần nhớ là Laing áp dụng tiếp cận này để tìm hiểu bệnh nhân đã được chẩn đoán mắc bệnh tâm thần phân liệt, được cho là hoàn toàn không tiếp xúc với thực tại.

Laing cho rằng trong trường hợp bệnh tâm thần phân liệt những gì đã diễn ra là cái tôi sai lầm mà con người phát triển để đối phó với yêu cầu mâu thuẫn đặt ra ở họ, phải xa lánh với cái tôi "thực sự" của cá nhân đến mức cá nhân suy nghĩ không thực. Sự tách biệt khỏi thực tại tạo ra hành vi bất thường, thường được mô tả là loạn tâm thần, tách biệt khỏi thực tại cũng có nghĩa là suy nghĩ của cá nhân về những gì đang diễn ra đối với họ được diễn đạt bằng ảo giác hay hoang tưởng. Suy nghĩ được diễn đạt theo cách ấy vì cá nhân không thể diễn đạt chúng trực tiếp nhưng xung đột mà chúng tạo ra quá mạnh đến mức không thể đối phó. Laing cho rằng thật hữu ích khi nghiên cứu nội dung của những cơn hoang tưởng này thay vì hoàn toàn gạt bỏ chúng vì chúng có vẻ vô nghĩa. Ông lập luận bằng cách ấy có thể hiểu biết sâu sắc rối loạn – tìm hiểu bệnh nhân nhận xét thế nào về những gì đang diễn ra đối với mình.

Chẳng hạn một vụ án lịch sử được Laing và Esterson (1968) mô tả một cô gái bị mắc kẹt trong hoàn cảnh gia đình gãy gánh. Có sự rạn nứt thù địch giữa bố và mẹ cô, giữa mẹ và bà, hai bên thường bất hòa. Trong những lúc như thế họ chỉ trao đổi bằng cách sử dụng cô gái làm người trung gian khiến cô rất đau khổ.

Sau cùng, cô gái bị **trương lực** – cô bị liệt, cơ bắp không thể cử động, phải nhập viện. Khi được phục hồi, cô rơi vào sự hoang tưởng cứ nghĩ lúc nào mình cũng xem người ta chơi quần vợt. Trong trường hợp này, Laing cho rằng chứng liệt nhẹ và hoang tưởng trò chơi quần vợt của cô tượng trưng cho xung đột trong gia đình và vị trí của cô trong cuộc xung đột ấy. Trương lực trong tiềm thức báo hiệu rằng suy nghĩ của cô cho rằng bất cứ những gì cô làm đều sai lầm – nói chung tốt nhất cô không nên làm gì cả. Trò chơi quần vợt là phép ẩn dụ sự tương tác trong gia đình. Vì thế rơi vào căn bệnh tâm thần là sự lựa chọn tiềm thức: giải pháp đối với tình huống không thể chịu đựng nổi trong gia đình.

Trong tiếp cận của Laing, chúng ta nhận thấy rằng "bệnh tâm thần" được xem là một lựa chọn. Nghiên cứu bệnh tâm thần phân liệt của Laing là mô tả cấu trúc, ý nghĩa của kinh nghiệm, không thừa nhận ranh giới theo quy ước giữa chứng rồ dại và mất trí. Mục đích của liệu pháp theo Laing là nên phục hồi sự rạn nứt giữa cái tôi thực sự và cái tôi sai lầm trong một môi trường hỗ trợ. Điều này giúp cá nhân tìm hiểu những loại hành vi khác nhau và diễn đạt xung đột nội tâm của mình qua hoang tưởng hay trực tiếp nhưng không đối mặt với xung đột hay khiển trách từ người khác. Vì cách trong đó hành vi bất thường bị điều trị y tế kiềm chế, Laing xem bệnh viện tâm thần là loại môi trường có thể tệ hại nhất khiến hành vi bất thường xảy ra. Ông cho rằng con người cần có khả năng diễn đạt ý kiến hay hoang tưởng của mình thật thoải mái vì chỉ có cách đó họ mới có sự cân bằng.

Laing cho rằng những người như thế cần phải sống trong cộng đồng điều trị mang tính hỗ trợ, thân mật, khoan dung trong khi cá nhân tìm hiểu xung đột nội tâm, dần giúp họ làm cho bản thân hòa hợp với mọi người. Cộng đồng điều trị nổi tiếng nhất thuộc loại này có lẽ là cộng đồng do chính ông thành lập gọi là Kingsley Hall. Bộ phim *Family Life* của

Ken Loach là sự tìm hiểu sinh động , nhạy cảm quan điểm của Laing về nguồn gốc bệnh tâm thần phân liệt và làm nổi bật sự khác biệt giữa tiếp cận cộng đồng điều trị với điều trị tâm thần theo quy ước.

Người loạn tâm thần trong tư cách người mở đường

Trong công trình sau này Laing đi đến mô tả người loạn tâm thần trong tư cách người mở đường, tìm hiểu "những khoảng với bên trong" về thời gian và không gian, đạt đến sự minh họa kinh nghiệm không có ở người bình thường (Laing, 1967). Ông cho rằng bệnh tâm thần phân liệt là cú đột phá nỗ lực trong việc giải quyết một thế giới mất trí và bệnh nhân tâm thần phân liệt không nên xem là người mất trí mà nên được xem là người có đầu óc siêu lành mạnh. Laing cho rằng xã hội đã học hỏi nhiều về điều kiện con người từ những cá nhân như thế.

Laing theo lập trường giống với suy nghĩ ban dầu cho rằng những người trải qua trạng thái xuất thần hay có những thời kỳ không tiếp xúc với thực tại được xem là có khả năng hiểu biết đặc biệt. Nhiều nhân vật kiệt xuất trong lịch sử chẳng hạn như Joan xứ Arc, người quả quyết đã nghe tiếng nói của thiên thần bảo bà phải giải phóng cho nước Pháp. Nếu theo tiêu chuẩn hiện đại bà mắc bệnh tâm thần, nhưng quan điểm của Laing cho rằng bằng cách phân loại như thế này xã hội sẽ mất đi những người cung cấp điều gì đó đáng giá.

Như người ta hình dung quan điểm này bị những nhà chuyên môn khác chỉ trích kịch liệt, khía cạnh này trong công trình của Laing được xem là quá cực đoan đến mức không thể chấp nhận. Những nhà phê bình cho rằng công việc của ông với các cộng đồng điều trị chỉ hiệu quả đối với một số loại bệnh tâm thần phân liệt và quan điểm của ông quá huyền bí không thể có ích cho việc giúp những người vô cùng đau khổ khi nghĩ về những gì đang diễn ra với họ. Ngoài ra, và có lẽ đây là ý kiến chỉ trích giá trị hơn, người ta cho rằng Laing phớt lờ sự đau khổ cá nhân có thực mà con người từng trải khi mắc bệnh tâm thần phân liệt và mong muốn của họ là làm sao cho triệu chứng thuyên giảm chứ không phải "tìm hiểu" chúng. Dĩ nhiên, Laing phản ứng rằng sự đau khổ phát xuất từ sự từ chối của xã hội và sự hoang mang của cá nhân đối với những gì đang xảy ra cho mình, không có yếu tố nào kéo dài nếu tiếp cận bệnh tâm thần phân liệt của ông được chấp nhận nhiều hơn.

Tuy nhiên bằng cách tập trung chú ý vào gia đình và bối cảnh xã hội của bệnh tâm thần phân liệt, Laing thu hút chú ý đến nhiều rối loạn nghiêm trọng vốn có trong chẩn đoán và điều trị bệnh tâm thần (Laing, 1956). Việc xem lại bối cảnh của các nhóm chẩn đoán, trong chương cuối, ít nhất một phần là do sự chú ý của ông đến áp lực xã hội đối với nhiều người bệnh tâm thần phân liệt trước khi họ phát bệnh. Hiểu biết sâu sắc của ông về sự tương tác trong gia đình bị xáo trộn đã dẫn đến sự xáo trộn tâm lý ở một cá nhân "giơ đầu chịu báng" cũng hình thành một cơ sở quan trọng cho sự xuất hiện liệu pháp sau này.

CÁC LIỆU PHÁP NHẬN THỨC

Cùng với "cách mạng nhận thức" trong thập niên 1970 và 1980, ngày càng có nhiều hình thức điều trị tâm lý bắt đầu giải quyết cách bệnh nhân nghĩ về bản thân, đời sống và tùy chọn của họ. Các nhà tâm lý học lâm sàng bắt đầu tìm hiểu có thể giúp bệnh nhân ra sao để phân tích lại rối loạn của họ và phát triển cách suy nghĩ tích cực hơn, những cách suy nghĩ mới này giúp cá nhân phát triển chiến lược đối phó tốt hơn ra sao hay chuẩn bị thay đổi những khía cạnh trong tình huống mà họ nhận thấy không thể chấp nhận được bằng cách này. Như thế, **liệu**

pháp nhận thức ra đời đánh dấu sự thay đổi không xem bệnh nhân là người tiếp nhận điều trị bị động mà xem họ như những cá nhân biết suy nghĩ tích cực, có khả năng tự mình ra quyết định về rối loạn và cuộc sống chính mình.

LIỆU PHÁP NHẬN THỨC

Bản thân liệu pháp nhận thức chọn quan điểm cho rằng chính cách nhận thức sự việc sẽ quyết định cách hành động. Theo quan điểm này, hành vi bất thường hay "bệnh tâm thần" xuất hiện vì cá nhân có nhận thức méo mó, đưa ra cách hiểu xáo trộn không cần thiết đối với sự việc xảy ra quanh mình. Những nhận thức này ảnh hưởng đến hành vi cá nhân theo cách kém thích nghi hay phương hại. Liệu pháp nhận thức nhằm mục đích nhận dạng và thay đổi những nhận thức méo mó này sao cho cá nhân giải quyết đời sống của mình một cách tích cực hơn. Bài tập hành vi và các bài tập khác là công cụ tác động để thay đổi nhận thức chứ không phải chính chúng là một mục đích.

Các nhà trị liệu nhận thức thường tập trung vào bốn khía cạnh suy nghĩ của con người. Thứ nhất là **sự mong đợi** cho rằng con người có những dự đoán về những gì chắc chắn xảy ra. Bandura (1978) phân chia mong đợi thành hai loại: mong đợi kết quả của một số loại hành vi và mong đợi về cái tôi hiệu quả của cá nhân – nói cách khác mong đợi về cá nhân có đảm nhiệm thành công nhiệm vụ hay vai trò hay không. **Suy nghĩ cái tôi hiệu quả** là quan trọng vì không cho rằng mình có khả năng làm được việc gì đó thì chúng ta sẽ không cố gắng.

Tiêu điểm thứ hai đối với các nhà trị liệu nhận thức là **sự đánh giá** cá nhân hay cách con người đánh giá một tình huống hay sự kiện. Một số người có cách đánh giá rất thất sách, nghĩa là họ khai thác suy nghĩ về tình huống rối loạn nhiều hơn thực tế. Chẳng hạn, sinh viên vô cùng lo âu về kỳ thi thường đánh giá bài làm của mình có điểm rất thấp, đến mức ngay cả sinh viên xuất sắc cũng nghĩ rằng mình thi trượt. Beck (1976) chứng minh những đánh giá tiêu cực này dẫn đến lo âu, lo âu làm tăng các rối loạn khác. Vì thế các nhà trị liệu nhận thức dạy con người cách nhận biết và chống lại đánh giá tiêu cực khi chúng xuất hiện.

Một số nhà trị liệu nhận thức nhấn mạnh **sự quy kết** ở khách hàng. Quy kết là lý do một người đưa ra giải thích tại sao sự việc xảy ra (chúng ta nghiên cứu quy kết chi tiết hơn trong Chương 15). Chúng ta luôn quy kết vô thức, ảnh hưởng đến cách giải quyết vấn đề. Rotter (1966) phân biệt giữa quy kết bên trong và bên ngoài. **Quy kết bên trong** ngụ ý lý do giải thích tại sao sự việc xảy ra là vì nỗ lực hay khả năng của con người. Trái lại, **quy kết bên ngoài** ngụ ý lý do nằm trong các tình huống bên ngoài cá nhân ấy.

Loại quy kết chúng ta đưa ra có ảnh hưởng trực tiếp đối với hành vi. Chẳng hạn: một người quy kết thi đậu là do yếu tố bên trong có nghĩa là nỗ lực sẽ giúp họ có điểm cao hay thấp. Người quy kết bên ngoài cho rằng mình không phải làm gì cả, tất cả đều do yếu tố bên ngoài, như "hên xui" hay bài thi "dễ khó". Nhưng một học sinh quy kết bên trong chắc chắn siêng học hơn và học giỏi hơn học sinh quy kết bên ngoài.

Có những cách khác trong đó quy kết thay đổi. **Hệ thống mã hóa quy kết của Leeds** được phát triển để sử dụng trong liệu pháp nhận thức tại gia, giúp nhà trị liệu nhận dạng loại nhận thức mà các thành viên khác nhau trong gia đình sử dụng (Stratton *và người khác*, 1986), phân tích quy kết theo năm khía cạnh trong Bảng 9.1. Bằng cách nhận dạng những đặc điểm quy kết khác nhau, nhà trị liệu có thể định hướng sự can thiệp của mình theo cách giúp cá nhân giải quyết tình huống của mình hiệu quả nhất.

Bảng 9.1 Khuôn khổ hệ thống mã hóa thuộc tính của Leeds

Ổn định/ Bất ổn: Khía cạnh này xem nguyên nhân được nhận dạng kéo dài trong bao lâu. Nguyên nhân chắc chắn xảy ra thường xuyên, hợp lý sau này được mã hóa là Ổn định, trong khi nguyên nhân không chắc xảy ra mã hóa là Bất ổn.

Tính chung/ Tính riêng: Khía cạnh này liên quan đến dải kết quả của nguyên nhân đã được nhận dạng. Nguyên nhân bao gồm một dải hành động hay ngụ ý có thể được mã hóa thành Tính chung, trong khi hành động hay ngụ ý chỉ bao quát một dải hẹp được mã hóa thành Tính riêng.

Bên trong/ Bên ngoài: Khía cạnh Bên trong liên quan đến việc liệu nguyên nhân có được xem là bắt nguồn từ các đặc điểm tố chất (như tính tình hay nhân cách) của một hay nhiều người liên quan hay không, hay liệu nó liên quan với các yếu tố trong tình huống hay không. Quy kết tố chất được mã hóa thành Bên trong, và những quy kết tình huống được mã hóa thành Bên ngoài.

Cá nhân/ Phổ biến: Stratton *và người khác* (1986) mô tả khía cạnh Cá nhân theo nghĩa liệu kết quả có ảnh hưởng đến người nói hay không. Những kết quả chắc chắn ảnh hưởng đến người nói được mã hóa thành Cá nhân trong khi những kết quả chủ yếu liên quan đến một bối cảnh rộng hơn được mã hóa thành Phổ biến.

Có thể kiểm soát/ Không thể kiểm soát: Khía cạnh Có thể kiểm soát được mã hóa tùy theo việc liệu nguyên nhân được nhận dạng có được xem là dễ bị người khác ảnh hưởng hay định hướng hay không, hay liệu nó có được xem là không thể gây ảnh hưởng hay định hướng hay không. Nguyên nhân có thể bị ảnh hưởng được mã hóa thành Có thể kiểm soát trong khi những nguyên nhân không thể bị ảnh hưởng được mã hóa thành Không thể kiểm soát.

Nguồn: Phỏng theo Stratton và người khác, 1988

Tiêu điểm thứ tư đối với các nhà trị liệu nhận thức là **niềm tin** của cá nhân. Con người thường có những lý thuyết lâu đời về thế giới, định hình cách phản ứng của họ đối với thế giới. Nhiều lý thuyết gia nhận thức tập trung nghiên cứu niềm tin dài hạn ở bệnh nhân và cách làm thay đổi những niềm tin này.

Có nhiều hình thức liệu pháp nhận thức cụ thể hơn, đặc biệt nhấn mạnh đến tính chất niềm tin của con người và cách chúng có thể thay đổi. Có lẽ nổi tiếng nhất trong số này là hai hình thức liệu pháp nhận thức cụ thể gọi là điều trị xây dựng cá nhân và điều trị hành vi duy lý – cảm xúc.

ĐIỀU TRỊ XÂY DỰNG CÁ NHÂN

Điều trị xây dựng cá nhân có thể xem là một hình thức liệu pháp nhận thức sớm nhất, do Kelly (1955) phát triển bao gồm việc áp dụng lý thuyết xây dựng cá nhân (xem Chương 7) vào thực tế lâm sàng. Lý thuyết xác định cá nhân như chúng ta đã biết liên quan đến việc con người phát triển lý thuyết của riêng mình về thế giới và giải thích đời sống của mình theo những lý thuyết ấy hay những xây dựng ấy ra sao. Trong tiếp cận này, các rối loạn tâm lý được xem là phát xuất từ những loại xây dựng mà cá nhân đã và đang phát triển, và điều trị nhằm mục đích thay đổi những xác định này để giúp cá nhân thích ứng hiệu quả hơn.

Kelly cho rằng con người hiểu thế giới của mình đang sử dụng một loạt các xây dựng cá nhân lưỡng cực của riêng mình. Họ đánh giá con người và tình huống sử dụng những xây dựng này, và hành động theo cách hiểu và dự đoán mà hệ thống xây dựng của mình cho phép để hiểu các sự kiện. Nếu tình huống không phát triển như dự đoán, sau đó một xây dựng cụ thể bị phản đối, và cá nhân cần tìm kiếm cách giải thích khác thay thế.

Bannister và Fransella (1980) cho rằng bệnh nhân thần kinh thường có những hệ thống xây dựng cá nhân rất cứng nhắc, không linh động. Điều này có nghĩa là họ thường không có khả năng giải quyết tính không chắc chắn và mơ hồ trong đời sống. Vì thế sự lo âu thường xuyên của người bệnh thần kinh có thể đóng góp cho thực tế họ thường phản đối những xây dựng cá nhân của mình trong sinh hoạt thường nhật. Vì dự đoán của họ về những gì chắc chắn xảy ra thường không đúng, nên họ cảm thấy không chắc chắn và lo âu về những gì đang thực sự diễn ra.

Bannister và Fransella cũng quả quyết rằng người bệnh tâm thần phân liệt có thể mang đặc điểm cực kỳ linh động, hay thay đổi trong hệ thống xây dựng của mình. Vì họ rất cởi mở đón nhận ý kiến mới, và có những dự đoán mơ hồ như thế về những gì chắc chắn diễn ra nên họ có thể chấp nhận lý lẽ hay giải thích phi lý hay không logic đối với sự kiện. Nhưng họ rất kém trong việc giải quyết thực tế cụ thể, vì đối với họ để được chắc chắn về một vấn đề nào đó là việc làm khó hơn nhiều.

Một trong những mục đích của điều trị xây dựng cá nhân là phải thay đổi những xây dựng cá nhân mà cá nhân sử dụng sao cho họ có thể phát triển hiểu biết tích cực hơn về những gì đang diễn ra đối với mình. Tuy nhiên không phải là điều khác thường đối với những người có những cảm nghĩ rất thù địch đối với con người hay tình huống phương hại đến xây dựng cá nhân của họ. Một phần trong quá trình phát triển và thay đổi cá nhân theo các lý thuyết gia xây dựng cá nhân bao gồm việc chứng minh rằng con người thử nghiệm sử dụng những xây dựng khác nhau để giải thích tình huống của mình không có cảm giác bị đe dọa hay bị phương hại.

Một kỹ thuật ra đời nhằm mục đích này gọi là **điều trị vai trò cố định** – một trong những kỹ thuật điều trị phát triển trên cơ sở lý thuyết xây dựng cá nhân. Trong kỹ thuật này, khách hàng và nhà trị liệu cùng tạo ra một "phác họa vai trò" dựa trên một số nhân vật mà khách hàng cảm thấy mình rất giống. Bằng cách chuyện trò về nhân vật ấy, họ đi đến một bức tranh chi tiết mô tả một người rất có thể đảm nhận vai trò nào và họ sẽ hành động ra sao.

Một khi đã phác họa vai trò, yêu cầu khách hàng diễn tập vai trò ấy trong khoảng ba tuần trong sinh hoạt hàng ngày. Như thế, họ nhận thấy phản ứng của người khác đối với mình sẽ khác: cách họ hành động với người khác là yếu tố quan trọng trong cách người khác hành động đối với họ. Trên cơ sở này, họ bắt đầu phát triển một loạt xây dựng cá nhân mới về tính chất tương tác xã hội. Sau cùng, toàn bộ kinh nghiệm cho khách hàng thấy rằng hệ thống xây dựng cá nhân có thể thay đổi tốt hơn, như thế giúp họ có đời sống tích cực hơn.

ĐIỀU TRỊ HÀNH VI XÚC CẢM-DUY LÝ

Điều trị này ban đầu được gọi là "điều trị xúc cảm duy lý" nhưng năm 1993, Ellis đổi thành điều trị hành vi xúc cảm duy lý. Ông đặt tên này để diễn đạt ba khía cạnh chính trong điều trị: giải quyết rối loạn ở mức độ hợp lý, ở mức độ xúc cảm cũng như ở mức độ hành vi.

Điều trị hành vi xúc cảm – duy lý hay **REBT** liên quan đến suy nghĩ phi lý ở người bệnh thần kinh, có vẻ là nguyên nhân khiến họ bất hạnh và rối loạn. Năm 1977, Ellis cho rằng những suy nghĩ này thường rơi vào ba nhóm chính. Thứ nhất là suy nghĩ cho rằng con người hoàn toàn phải làm tốt và được người khác tán thành. Thứ hai là con người phải hoàn toàn hành động nhiều và tương đối đối với người khác vào mọi lúc. Và thứ ba là thế giới họ đang sống phải là nơi tuyệt đối công bằng, không thất vọng. Ellis cho rằng những suy nghĩ này hoàn toàn không thực tế, cũng như phi logic và thất sách, nhưng dù sao chúng rất phổ biến, yếu tố chính trong rối loạn tâm thần.

Điều trị hành vi xúc cảm – duy lý của Ellis nhắm đến không thừa nhận những suy nghĩ phi lý này, giúp bệnh nhân tiếp xúc với cung cách thực tế, nhạy cảm, mang tính xây dựng nhiều hơn khi đánh giá kinh nghiệm thường nhật. Vì những ý kiến này thường được duy trì cứng nhắc, khắt khe nên Ellis cho rằng họ cần một hình thức điều trị hiệu quả để tái định hướng họ. Điều trị hành vi xúc cảm – duy lý giải quyết suy nghĩ phi lý theo ba cách. Thứ nhất là bằng quá trình lập luận logic, định hướng chứng minh cho bệnh nhân thấy tính chất phi lý trong suy nghĩ của mình. Phần tiếp cận thứ hai khuyến khích bệnh nhân hành động và suy nghĩ theo cách phù hợp với niềm tin hợp lý mới. Và phần tiếp cận thứ ba bao gồm sử dụng nhiều kỹ thuật hành vi nhằm mục đích củng cố tình trạng khỏe mạnh tâm lý mới.

"Lo sợ hóa"

Ellis cho rằng khách hàng thường có những chu kỳ lập luận tự phá hoại, được họ duy trì, ngăn họ không đánh giá tình huống một cách hợp lý. Ông cho rằng họ có khuynh hướng "lo sợ hóa" sự kiện – tưởng tượng một sự kiện mang tính chất "khiếp sợ" nghĩa là không thể suy nghĩ được. Ellis cho rằng thay vì "lo sợ hóa" con người cần được khuyến khích suy nghĩ thông qua những gì đang thực sự diễn ra – nhận biết rằng cho dù sự việc có thể là xấu nhưng không hẳn khiến họ phải "lo sợ". Vì thế, phần lớn công việc của nhà trị liệu hành vi xúc cảm – duy lý phải bao gồm **điều trị hành vi** – bài tập giúp khách hàng tìm hiểu và nghĩ ra hành vi mới cho mình, vì thế họ xem khuynh hướng "lo sợ hóa" của mình thực sự là một quá trình nhận thức không thực tế. Chẳng hạn, yêu cầu một khách hàng cố ý đi trễ trong một dịp nào đó hay đi không đúng hẹn sao cho họ hiểu rằng nên giải quyết kết quả tiêu cực mang tính xây dựng ra sao.

Mặt **xúc cảm** trong tiếp cận khuyến khích bệnh nhân sử dụng sức mạnh và nghị lực để phát triển suy nghĩ của mình. Các nhà trị liệu hành vi xúc cảm – duy lý sử dụng nhiều kỹ thuật nhằm mục đích khuyến khích khách hàng hòa hợp với phản ứng cảm xúc của riêng mình. Chẳng hạn: nếu một người có suy nghĩ cực kỳ phi lý, thì nhà trị liệu khuyến khích người ấy lập luận chống lại nó quyết liệt hơn - họ không phản đối khi sử dụng lập luận kiềm chế hay ôn hòa. Nhận biết suy nghĩ của một người mang tính nhạo báng, giễu cợt thường là cách hữu ích để có hiểu biết họ phi lý như thế nào.

Phân công bài tập ở nhà

Các nhà trị liệu xúc cảm – duy lý thường thương lượng "phân công bài tập ở nhà" cho khách hàng giữa hai lần khám bệnh. Đây là những bài tập nhằm giúp khách hàng cảm thấy mình có thể giải quyết vấn đề "lo sợ hóa" theo cách khỏe mạnh về tâm lý hơn – như khuyến khích họ buồn hơn là trầm cảm hay quan tâm hơn là lo âu. Chẳng hạn, yêu cầu một người có ấn tượng dai dẳng sau khi hẹn hò với bạn gái, bằng cách hình dung tình huống, suy nghĩ lại nó, bệnh nhân cố gắng chấp nhận theo cách hợp lý, thừa nhận rằng mặc dù cuộc hẹn không phải là một kinh nghiệm dễ chịu nhưng không thể cho rằng cuộc hẹn ấy hoàn toàn không giá trị.

Bài tập ở nhà đôi lúc đi kèm với một loại biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm, khuyến khích một tiếp cận hợp lý hơn. chẳng hạn, trong trường hợp cá nhân mô tả ở đoạn trước, yêu cầu anh ta tự "thưởng" cho mình mỗi lần làm bài tập kéo dài 10 phút. Phần thưởng có thể là một loại đối xử và ý kiến cho rằng phần thưởng này tác động như một hình thức biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm làm cho anh ta có khả năng sẽ tập tiếp sau này (xem Chương 18).

Điều trị hành vi xúc cảm – duy lý khuyến khích khách hàng chấp nhận mình hoàn toàn trong tư cách con người, và thừa nhận rằng mình quá phức tạp trong mọi đánh giá giản dị thái quá về chân giá trị của mình. Khi khách hàng áp dụng thái độ này cho chính mình thì đôi lúc họ để lộ những bí mật cá nhân đáng hổ thẹn. Đối với nhiều người, điều này có thể có, cơ chế phòng thủ của họ thường hoạt động. Nhưng cũng giúp họ thoải mái.

Trong điều trị hành vi xúc cảm – duy lý, mối quan hệ giữa nhà trị liệu và khách hàng rất quan trọng nhưng không phải là điều quan trọng nhất. Điều quan trọng hơn cả là khách hàng tập quen một loạt các suy nghĩ hợp lý để họ chung sống. Vì thế các nhà trị liệu hành vi xúc cảm – duy lý xem mình như những người hướng dẫn hay nhà giáo dục. Đôi khi, điều này mang đến một số sự thật "khó chịu, thậm chí khách hàng không thích nhà trị liệu ở một số vấn đề (một trong những phần tập quen khó hơn bằng cách nào nhà trị liệu xúc cảm duy lý hiệu quả về mặt cảm xúc phải chấp nhận suy nghĩ rằng không hẳn lúc nào cũng được mọi khách hàng yêu mến).

Điều quan trọng trong điều trị xúc cảm – duy lý là tái cấu trúc nhận thức đang diễn ra cũng như tập quen với hành vi mới và suy nghĩ có lợi cho tâm lý khi khách hàng tìm hiểu ngụ ý trong thói quen trước đây của mình và học cách chấp nhận hành vi mới. Có thể là hình thức điều trị khó khăn đối với cả khách hàng lẫn nhà trị liệu trong thời điểm nào đó cũng như có khuynh hướng đối đầu với các thói quen nhận thức tiêu cực và suy nghĩ phá hoại hơn là gián tiếp. Tuy nhiên, sự đối đầu này diễn ra trong một liên minh hợp tác mang tính xây dựng giữa khách hàng và nhà trị liệu chứ không phải là một cách tương tác riêng lẻ. Có nhiều nhà trị liệu và khách hàng xem đây là một tiếp cận đáng giá.

CÁC ĐIỀU TRỊ KHÁC

Có rất nhiều hình thức tâm lý liệu pháp khác nhau xuất hiện từ thập niên 1950, ở đây không thể đề cập hết. Tuy nhiên thật đáng giá khi nghiên cứu một số minh họa chính của những điều trị này.

ĐIỀU TRỊ CẤU TRÚC

Như chúng ta đã thấy trong các Chương 2 và 5, tâm lý học Cấu trúc hàn lâm có nhiều ảnh hưởng trong hiểu biết của chúng ta về quá trình ý thức và nhận thức. Tâm lý học Cấu trúc quan tâm đến cách chúng ta nhận biết thế giới và sự việc quanh mình như những đơn vị chung chứ không phải theo nghĩa bộ phận rời rạc. Quan niệm ở đây chính là hình thức hoàn hảo, hay *Cấu trúc* là một đặc điểm quan trọng chứ không phải là những đặc điểm cấu thành.

Năm 1951, Perls, Hefferline và Goodman mô tả việc áp dụng khái niệm Cấu trúc trong điều trị. Ý niệm chính trong **liệu pháp Cấu trúc** tập trung vào **nhận thức.** Các nhà trị liệu Cấu trúc xem nhận thức là một quá trình chủ động, định hướng con người xây dựng suy nghĩ hay nhận thức chung, có sắp xếp, có ý nghĩa, (Cấu trúc), theo cách giống như nhận thức thị giác được xem là một quá trình chủ động. Những Cấu trúc này hình thành giao diện giữa con người mà môi trường, bao gồm suy nghĩ, cảm xúc và hoạt động – hay các lĩnh vực nhận thức, xúc cảm và nỗ lực của cá nhân, mô tả trong Chương 7.

Theo các nhà trị liệu Cấu trúc, chúng ta liên tục tham gia hình thành nhận thức. Sự hình thành được xem là một phần trong định luật tự nhiên, được hình thành sâu trong hệ thống thần kinh, có nghĩa là nếu chúng ta không thực hiện chúng thì sẽ bị đau khổ hay bệnh thần kinh. Cấu trúc được sắp xếp quanh sự thỏa mãn nhu cầu: nếu bạn cần một điều gì đó như thức ăn hay tình bạn, sự chú ý của bạn được tập trung để thực hiện, vì thế bạn sẽ chú ý đến Cấu trúc này. Khi nhu cầu được thực hiện, Cấu trúc mất đi sức mạnh của nó. Tuy nhiên, nếu nhu cầu chưa được đáp ứng thì Cấu trúc vẫn chưa hoàn tất, thúc giục phải chú ý. Điều này cản trở việc hình thành Cấu trúc mới, vì thế cũng gây trở ngại cho toàn bộ chức năng hoạt động của cá nhân. Liệu pháp Cấu trúc vì thế liên quan đến việc dạy con người cách từng trải sự việc đầy đủ, mỗi lúc chỉ tập trung vào việc hình thành và thực tế chỉ một Cấu trúc.

Theo các nhà trị liệu Cấu trúc, nhận thức của chúng ta trở nên mạnh nhất hay hiệu quả nhất chỉ khi nào dựa trên cơ sở nhu cầu trực tiếp chi phối trong thời điểm ấy. Vì thế chẳng hạn nếu bạn suy nghĩ về công việc ngày mai trong khi đang uống trà thì không chắc bạn hoàn toàn thỏa mãn khi dùng trà vì bạn không nhận thức hệ thống mình đang dùng thức uống gì. Các nhà trị liệu Cấu trúc cho rằng nhận thức chỉ hoàn toàn khi hiểu biết đầy đủ về tình huống. Điều này có nghĩa việc phủ nhận hay bóp méo tình huống, qua cơ chế phòng thủ sẽ ngăn cản bạn trải qua tình huống hoàn toàn. Nhận thức bao gồm hiểu biết về chọn lựa và tùy chọn cũng như về những gì đang diễn ra trong tình huống trực tiếp vì thế cũng ngụ ý sự tự hiểu biết và tự chấp nhận.

Liệu pháp Cấu trúc liên quan đến rối loạn thần kinh ở bệnh nhân mất đi nhận thức: họ không biết mình là ai, ai đang sống cuộc đời của họ. Nói cách khác họ không còn nhận thức mình đang suy nghĩ, cảm xúc và đang làm gì. Bệnh nhân thần kinh thường hướng nỗ lực tâm thần của mình chống lại chính mình, điều này ngăn cản sự hình thành Cấu trúc, vì thế họ không thực hiện được quá trình.

Điều trị nhóm

Theo các nhà trị liệu Cấu trúc, việc không ý thức của người bệnh thần kinh kết tinh thành suy nghĩ cho rằng họ không thể tự điều tiết hay tự hỗ trợ như người khác. Người bệnh thần kinh thường dựa vào nhà trị liệu, rút điểm mạnh từ nhà trị liệu thay vì từ nhận thức của riêng mình. Cách khác khảo sát vấn đề này có nghĩa là họ sử dụng môi trường sao cho họ vẫn còn "què quặt" một cách dễ chịu hơn, và không phải dựa vào chính mình. Điều này gây sức ép đối với nhà trị liệu, những người chống lại sự sử dụng này. một cách tránh chúng là áp dụng kỹ thuật điều trị nhóm, đặt cá nhân vào vai trò của người **đồng trị liệu** với những người khác trong nhóm, vì thế nhấn mạnh khả năng hành động tích cực và độc lập của họ.

Liệu pháp Cấu trúc tập trung vào khuyến khích khách hàng phát triển nhận thức tốt hơn về những gì liên quan và không liên quan với kinh nghiệm trực tiếp của họ, thường chú ý làm cho khách hàng nhận biết nhận thức trước đây của mình. Vì nhận thức trước đây cản trở nhận thức trực tiếp, vì cá nhân so sánh điều họ nhận biết với điều họ nghĩ rằng nên nhận biết, nên ngăn cản cá nhân hiểu biết đầy đủ vấn đề hiện có là gì. Vì thế nhà trị liệu Cấu trúc cố gắng đưa ra những cách từng trải mới và sử dụng sức mạnh tâm lý mới để giúp khách hàng có thể nhận thức và trải qua sự việc trực tiếp hơn.

Một bài tập cấu trúc điển hình nhằm mục đích rèn luyện nhận thức trực tiếp cho phép nhóm chọn các cặp – những người họ muốn biết rõ hơn – sau đó khuyến khích một người trong mỗi cặp tìm hiểu người khác bằng mọi cách nhưng không bằng lời. Nói chung không nói lời nào cả. Điều này có nghĩa là sự tìm hiểu phải bằng các giác quan khác – thị giác, xúc giác, vị giác, v.v.... sau đó, các đối tác thay đổi vai trò, "người tìm hiểu" đổi thành "người được tìm hiểu". Ý kiến cho rằng bài tập này khuyến khích cá nhân hiểu biết thông tin mà họ tiếp nhận nhiều hơn như một phần trong toàn bộ kinh nghiệm nhận thức.

Một bài tập Cấu trúc nổi tiếng khác là phải biết một quả cam. Mỗi khách hàng được trao cho một quả cam, yêu cầu tìm hiểu quả cam bằng mọi cách có thể nhưng không được ăn. Bằng cách này họ nhận biết bằng xúc giác, thị giác và vị giác, mục đích của bài tập này là giúp cho khách hàng biết nhiều cách tìm hiểu sự vật quanh mình sao cho họ phát triển "nhận thức" đầy đủ hơn theo nghĩa Cấu trúc. Các nhà trị liệu Cấu trúc nghĩ rằng nhấn mạnh đến kinh nghiệm trực tiếp khuyến khích cá nhân chấp nhận nhiều hơn mình là ai, và sự chấp nhận nhiều hơn này là bước đầu tiên trong thay đổi cá nhân. Về sau, khách hàng hình thành trên sự chấp nhận nhiều hơn ấy và bắt đầu tìm hiểu nhiều hơn nữa.

Vai trò của nhà trị liệu trong hình thức điều trị này là phải định hướng các bài tập tìm hiểu này, hỗ trợ khách hàng khi họ tiến hành những cuộc tìm hiểu mới. Trong liệu pháp Cấu trúc, mối quan hệ giữa nhà trị liệu và khách hàng được nhấn mạnh như một quá trình hai chiều, trong đó mỗi bên phải biết nhau như một người. Như điều trị tập trung vào khách hàng của Rogers, liệu pháp Cấu trúc không dựa vào giả định rằng nhà trị liệu là người có quyền – đúng ra nhà trị liệu được xem là tham gia vào quá trình tìm hiểu và giúp cá nhân phát triển nhận thức bẩm sinh của riêng mình.

PHÂN TÍCH HOÁN ĐỔI

Phân tích hoán đổi thường gọi là **TA** là một liệu pháp bản thân không hạn chế đối với những cá nhân được xem là "bệnh thần kinh" hay "đang cần giúp đỡ". Thay vào đó, liệu pháp cho rằng có một điều gì đó đưa ra cho mọi người, như cách tìm hiểu sự tương tác hàng ngày của họ tốt hơn. Trái với tiếp cận của Freud hay phân tâm học khác, phân tích hoán đổi cho rằng hành vi của chúng ta có ý thức, cân nhắc, hay ít nhất có lúc chúng ta biết cách nhận ra hành vi của mình là gì. phân tích hoán đổi mục đích cung cấp công cụ nhận biết hành vi này.

Tình trạng bản ngã

Khái niệm chính trong phân tích hoán đổi là khái niệm **tình trạng bản ngã.** Theo hệ thống này, mỗi người đều có ba tình trạng bản ngã khác nhau, những tình trạng này được các tình huống khác nhau kích hoạt. Ba tình trạng là bố mẹ, con cái và người lớn. **Tình trạng bố mẹ** mang tính kiểm soát, độc đoán, mặc dù có ý nghĩa cũng như mang tính tới hạn. **Tình trạng con cái** xảy ra khi cá nhân suy nghĩ và cảm xúc như đứa trẻ – bất lực, chống đối hay tuân thủ. Và **tình trạng người lớn** là cách tương tác thực tế, cân bằng, logic với người khác mà hầu hết mọi người đều mong muốn.

Ba tình trạng bản ngã này khác nhau về chức năng hoạt động, mặc dù cùng một cá nhân có thể thay đổi từ tình trạng bản ngã này sang tình trạng bản ngã khác trong diễn tiến của cùng cuộc trao đổi, nếu tình huống có vẻ yêu cầu như thế. các nhà phân tích hoán đổi nghĩ rằng một người có nhiều hiểu biết trong hành động và phản ứng của riêng mình đối với người khác bằng cách nhận ra mình đang ở trong tình trạng bản ngã nào trong thời điểm đã cho. Nhưng một khi họ làm như thế, điều đang xảy ra hoàn toàn là trách nhiệm của riêng họ: phân tích hoán đổi đặt gánh nặng tìm hiểu và giải thích dứt khoát lên khách hàng hơn là nhà trị liệu. Một khi có người có được công cụ mình cần để phân tích điều gì diễn ra quanh mình thì đến lúc họ phải hiểu được nó, để thay đổi hành vi theo cách tích cực hơn.

Sự hoán đổi

Khái niệm quan trọng thứ hai trong phân tích hoán đổi, theo cách đó từ tên gọi, là khái niệm **sự hoán đổi,** là đơn vị giao tiếp ở con người giữa tình trạng bản ngã của người này và tình trạng bản ngã của người khác. Với hai người, tổng cộng có thể có sáu tình trạng bản ngã, giữa chúng xảy ra sự hoán đổi. Sự hoán đổi có thể ngắn gọn như việc trao đổi lời chào hỏi khi hai người gặp nhau ngoài phố hay có thể là toàn bộ tình tiết chẳng hạn như viên quản lý khiển trách nhân viên do đi làm muộn.

Sự hoán đổi diễn ra ở hai mức độ: xã hội và tâm lý. Mức độ xã hội là mức độ công khai, có vẻ là những gì đang diễn ra trên bề mặt. Tuy nhiên, mức độ tâm lý có thể hiện hữu nhưng trong hình thức ngụy trang. Chẳng hạn, một giám đốc hỏi cô thư ký: "mấy giờ rồi?", cô thư ký đáp "2:35". Ở mức độ xã hội công khai đây là câu hỏi để biết giờ đơn giản. Tuy nhiên ở mức độ tâm lý, lại mang nghĩa hoàn toàn khác – "tình trạng bố mẹ" của người chủ khi nói "cô đi trễ" trong khi cô thư ký trong "tình trạng con cái" đáp lại "ông cứ luôn phê bình tôi".

Trò chơi

Đây cũng là một minh họa về **trò chơi,** là một khái niệm quan trọng thứ ba trong phân tích hoán đổi. Trò chơi là một loạt hoán đổi theo thứ tự diễn ra trên hai mức độ, kết quả tạo ra cảm giác tồi khi bị loại. Berne (1973) mô tả nhiều trò chơi trong quyển *Games People Play.* Trong trò chơi, con người hành động theo cách rập khuôn, dẫn đến việc bị loại. Trong minh họa trên, người chủ đang chơi trò "Now I've Got You" trong khi cô thư ký đang chơi trò chơi khác gọi là "Kick-me", có cảm giác không hay, bị phê bình.

Berne nhận dạng rất nhiều trò chơi khác chẳng hạn như trò "Why Don't You?..Yes, But..." trong đó một người kêu gọi giúp đỡ nhưng thực tế từ chối bất kỳ đề nghị nào. Đây là một trò chơi không phổ biến ở khách hàng bệnh thần kinh, kết thúc bằng mọi đề nghị bị loại bỏ và cá nhân gặp rối loạn hớn hở cho rằng không ai có thể giải quyết được rối loạn cụ thể của mình. Sau một loạt những trò chơi này, Berne cho rằng người chơi đã có một tập hợp cảm giác không hay, khiến họ bị trầm cảm hay bùng nổ cơn giận như một "phần thưởng".

Khái niệm trò chơi nghe qua có vẻ không quan trọng nhưng cung cấp một khuôn khổ nhận thức cho con người, giúp họ hiểu tính chất của nhiều loại tương tác theo mẫu. Vả lại, bằng cách xem như một trò chơi, khách hàng được khuyến khích nhận thức rằng có nhiều cách chơi khác, vì thế họ có nhiều khả năng nhận dạng cách thay đổi hành vi của mình thực tế hơn.

Tấn công

Khái niệm khác trong phân tích hoán đổi là khái niệm **tấn công,** là những đơn vị tích cực trong nhận thức của con người, như việc kể với một người rằng họ đã làm tốt một điều gì đó biết rằng bạn thích hợp. Berne cho rằng tấn công là yếu tố cần thiết đối với sự khỏe mạnh tâm lý của con người. Chúng cũng giúp làm triệt tiêu những cảm giác không hay do một loạt các trò chơi tạo ra, để giúp một người thoát khỏi chu kỳ. Tấn công có thể là việc gì đó giống như một nhận xét có ích, một lời khen, một nụ cười – tóm lại một đơn vị tương tác bất kỳ giúp cá nhân có cảm giác về mình tốt hơn hay những gì vừa diễn ra.

Berne cho rằng từ đầu thời thơ ấu, con người phát triển các mẫu tấn công và tương tác, kéo dài trong suốt đời trừ phi họ hành động trực tiếp để làm chúng thay đổi. Những mẫu này gọi là **chữ viết đời sống.** Một người có thời thơ ấu thường chơi trò "Kickme" chẳng hạn sẽ có sự chọn lựa trong đời làm kết quả của việc tiếp tục chơi trò ấy khi trưởng thành. Những nguyên tắc phân tích hoán đổi như một hình thức tâm lý liệu pháp ở chỗ nguyên tắc này không phải như thế. Bằng việc nhận biết mẫu tương tác, sử dụng công cụ nhận thức trong phân tích hoán đổi, cá nhân nhận dạng chữ viết đời sống của mình và quyết định liệu họ có thỏa mãn với nó hay không. (Trong thuật ngữ của Berne, họ quyết định liệu có cần thiết nói "OK" hay "Not OK" hay không). Bằng việc nhận biết tình trạng bản ngã và trò chơi mình đang chơi, họ có thể quyết định thay đổi chữ viết này, và chấp nhận cách tương tác với thế giới tích cực hơn.

Phân tích hoán đổi cho rằng cá nhân tự chủ, chịu trách nhiệm và tự quyết định. Quá trình điều trị là sự phục vụ do nhà trị liệu cung cấp, không thực hiện cách chữa trị ma thuật. Đúng ra, quá trình chỉ cho rằng khách hàng tự nguyện và có khả năng đạt được mục tiêu của giao kèo giữa hai bên, khách hàng và nhà trị liệu – trách nhiệm đối với sự tiến bộ của khách hàng thuộc về khách hàng, nhưng những gì mà nhà trị liệu phải làm là cung cấp cho khách hàng công cụ nhận thức để thực hiện sự tiến bộ ấy.

LIỆU PHÁP TẠI GIA

Như chúng ta đã biết trong đầu chương này, nghiên cứu của Laing trong thập niên 1960 tập trung vào một số gia đình nói chung bị xáo trộn nghiêm trọng một phần trong nghiên cứu này bao gồm việc nhận dạng những gia đình như thế thường tạo ra bầu không khí trong đó cá nhân trở thành người "giơ đầu chịu báng" trước sự xáo trộn này, khi được cho là mắc bệnh tâm thần.

Tâm lý học lâm sàng chấp nhận quan điểm này. Năm 1960, Bowen nhận xét nhiều bệnh nhân tâm thần phân liệt cải thiện trong khi nằm viện, nhưng lại trở bệnh khi xuất viện và cho rằng một số gia đình có thể **mắc bệnh tâm thần phân liệt di truyền** – có khả năng mắc bệnh trong một số thành viên gia đình. Một trong những khái niệm chính trong mối quan hệ giữa gia đình và bệnh tâm thần phân liệt là khái niệm ràng buộc kép mà Bateson *và người khác* (1956) mô tả như một chuỗi kinh nghiệm không thể giải quyết được. Bateson *và người khác* liệt kê 5 thành phần cần thiết đối với **ràng buộc kép** được mô tả trong Khung 9.2.

Năm 1958, Wynne *và người khác* chứng minh các gia đình bị xáo trộn thường nhấn mạnh đến việc duy trì sự hài hòa gia đình, phủ nhận không có vấn đề nào giữa họ. Người ta gọi đây là **tính phụ thuộc giả.** Laing cho rằng những gia đình này sử dụng diễn tiến hành động như thế để tiến hành một quá trình tự đánh lừa, cứ khăng khăng cho rằng mọi việc đều ổn, và những thành viên gia đình nào không tham gia đều được xem là "mắc bệnh" (Laing, 1961).

Khi công việc này tiến triển, người ta thấy rõ rằng phải có một hình thức liệu pháp khác không xét đến các dấu hiệu "bệnh" ở cá nhân. Tiếp theo việc thảo luận với nhà tâm thần học trẻ em John Bowlby, Bell một nhà tâm thần học trẻ em người Mỹ bắt đầu nghiên cứu bố mẹ, anh chị em ruột và con cái cùng lúc chứ không xét đến riêng rẽ mẹ và con. Ông nhận thấy việc làm này hiệu quả hơn về thời gian lẫn kết quả. Thông lệ phát triển rất nhanh, năm 1962, Ackerman và Jackson sáng lập một tạp chí mới mang tên *Family Processes*, để tìm hiểu tiếp cận này cùng với quan điểm của Bowen, Bateson, Laing, và người khác phát triển ra sao.

Liệu pháp gia đình phần lớn trên cơ sở phân tâm học, liệu pháp hành vi và liệu pháp xây dựng cá nhân. Về lịch sử, bốn trường phái tư tưởng chính này xuất hiện

Khung 9.2 Thành phần cần thiết trong ràng buộc kép

Ràng buộc kép là một kinh nghiệm thường gặp trong những gia đình có nhiều xáo trộn, có 6 thành phần:

1. **Có từ hai người trở lên**

   Một trong những người này được xem là "nạn nhân". Những người khác là các thành viên khác trong gia đình, mặc dù không phải lúc nào cũng là người mẹ.

2. **Kinh nghiệm lặp đi lặp lại**

   Ràng buộc kép không phải là một sự kiện riêng lẻ mà là một chủ đề thường tái diễn trong kinh nghiệm của nạn nhân.

3. **Mệnh lệnh sơ cấp tiêu cực**

   Có hai hình thức. Có thể là mệnh lệnh tránh một việc gì đó: "Không được làm điều này nếu không sẽ bị phạt" hay có thể là mệnh lệnh phải làm: "Nếu không làm điều này sẽ bị phạt".

4. **Mệnh lệnh thứ cấp**

   Mệnh lệnh thứ cấp này mâu thuẫn với mệnh lệnh đầu tiên ở mức độ trừu tượng hơn, được củng cố bằng hình phạt hay dấu hiệu đe dọa. Mệnh lệnh thường được truyền đạt không bằng lời, thường rất khó ràng buộc – vì không rõ ràng, đối với "nạn nhân" rất khó thừa nhận chúng hay thậm chí nhận dạng chúng thật dứt khoát. Mệnh lệnh có nhiều hình thức khác nhau chẳng hạn như: "không nên xem điều này như một hình phạt", "không nên nghĩ tôi là tác nhân trừng phạt", hay "đừng nghe lời cấm đoán của tôi". Nếu có nhiều thành viên gia đình khác liên quan thì có thể cho rằng việc tuân theo mệnh lệnh thứ nhất ở một người bao gồm việc bất tuân mệnh lệnh thứ cấp ở người khác.

5. **Mệnh lệnh tránh trốn thoát**

   Ràng buộc kép cũng bao gồm một mệnh lệnh tiêu cực thứ ba ngăn cản nạn nhân thoát khỏi lĩnh vực hay tình huống bằng mọi cách.

6. **Nhận thức tập quen**

   Bateson *và người khác* bổ sung điểm thứ 6 vào danh sách, một khi nạn nhân tập quen với tương tác trong gia đình theo nghĩa ràng buộc kép thì không nhất thiết phải có mặt rõ ràng toàn bộ các thành phần. Hầu như một phần bất kỳ trong chuỗi ràng buộc kép cũng đủ tạo ra sự rối loạn xúc cảm – thường hoảng hốt hay điên tiết. Tiếng nói ảo giác ở bệnh nhân tâm thần phân liệt cấu thành mẫu mệnh lệnh ràng buộc kép mâu thuẫn đã được nhập tâm.

Nguồn: phỏng theo Bateson *và người khác, 1956*

trong sự phát triển liệu pháp tại gia: liệu pháp tại gia tâm lý động học, liệu pháp tại gia cấu trúc, liệu pháp tại gia hệ thống và liệu pháp tại gia chiến lược.

Liệu pháp tại gia tâm lý động học

Liệu pháp tại gia tâm lý động học trên cơ sở phân tâm học nhấn mạnh tầm quan trọng của kinh nghiệm ban đầu ở trẻ. Các nhà trị liệu tại gia tâm lý động học đặc biệt tập trung vào **lý thuyết quan hệ đối tượng** do Melanie Klein phát triển. Klein chú ý tầm quan trọng của kinh nghiệm ban đầu, được xem là được truyền từ các mối quan hệ khác với gia đình trước đây. Vì thế xáo trộn trong kinh nghiệm ban đầu được tạo ra từ xáo trộn mà bố mẹ từng trải khi còn nhỏ trong những gia đình trước đây của mình. Vì thế, liệu pháp tập trung vào việc làm hòa hợp với quá khứ, sử dụng kỹ thuật phân tâm học để giúp thành viên trong gia đình phát triển các mối quan hệ thỏa mãn hơn với nhau.

Liệu pháp tại gia cấu trúc

Liệu pháp tại gia cấu trúc (Minuchin, 1974) chủ yếu tập trung vào ranh giới và phân chia giữa các hệ thống phụ trong gia đình. Một hệ thống phụ trong khuôn khổ này bao gồm **mối quan hệ ghép đôi** chẳng hạn như mẹ – con trai, chị gái – em gái hay vợ – chồng, hay **quan hệ tam giác.** Trong những gia đình khỏe mạnh, ranh giới giữa các hệ thống phụ trong gia đình và giữa gia đình với các hệ thống rộng hơn (nơi làm việc, trường học, v.v...) là những gì mà các nhà trị liệu cho là "rõ ràng nhưng thấm qua được" – nói cách khác, hệ thống phụ không lẫn lộn với các hệ thống khác nhưng cũng gây ảnh hưởng và chịu ảnh hưởng từ bên ngoài. Nhưng trong một số gia đình, hệ thống phụ bị xáo trộn hay bị các hệ thống phụ khác vượt trội hơn đến mức một số đi đến việc chi phối tương tác gia đình bằng cái giá phải trả của các thành viên khác trong gia đình.

Gia đình gặp xáo trộn thường có ranh giới quá cứng nhắc hay quá phân tán. Đôi khi, một thành viên gia đình thuộc mối quan hệ giữa hai thành viên khác. Chẳng hạn, một thanh niên liên tục vi phạm qui định của gia đình, buộc bố mẹ phải cùng giải quyết vấn đề. Sự can thiệp liệu pháp trong những trường hợp như thế nhắm vào việc cân bằng các hệ thống phụ, thường bằng cách củng cố sự liên minh giữa các cá nhân. Liệu pháp gia đình cấu trúc cũng đặc biệt nhấn mạnh đến hành vi thích hợp với độ tuổi trong gia đình cho rằng không thực tế nếu nghĩ rằng hành vi và thái độ ở người lớn có từ lúc nhỏ.

Liệu pháp tại gia hệ thống

Liệu pháp tại gia hệ thống (Bowen, 1966) tập trung vào việc xem gia đình như một hệ thống hoạt động không phải là sự tập hợp các cá nhân. Vì thế liệu pháp thừa nhận ảnh hưởng của các thành viên gia đình khác như ông bà trong tính chất tương tác diễn ra trong gia đình hiện tại. Trong một phép ẩn dụ, hệ thống gia đình được tưởng tượng như phương tiện chuyển động, mỗi thành viên cách xa nhau nhưng gắn bó với người khác bằng thanh kéo và dây. Khi một thành viên bị xáo trộn thì tất cả các thành viên khác cũng bị ảnh hưởng. Các tác động bên ngoài chẳng hạn như khó khăn kinh tế hay ảnh hưởng xã hội bên ngoài cũng làm gia đình xáo trộn, đảo lộn hay tan rã giống như gió làm xáo trộn hay ảnh hưởng đến phương tiện chuyển động. Mục đích của liệu pháp hệ thống tại gia là dạy cho thành viên gia đình cách phản ứng tích cực và nhạy cảm với nhau hơn là phản ứng với nhau như nguồn gốc tạo bực dọc hay khó chịu.

Liệu pháp **gia đình hệ thống Milan** bao gồm một quá trình kiểm tra giả thuyết rất đặc trưng trong môi trường liệu pháp. Một nhóm các nhà trị liệu cùng phối hợp với nhau, các nhóm khác quan sát từ phía sau một tấm chắn một chiều. Nhóm phát triển giả thuyết về chức năng hoạt động của rối loạn cụ thể trong gia đình và nhà trị liệu đặt ra các câu hỏi cho gia đình để kiểm tra giả thuyết ấy. Đối với một số nhóm, việc hỏi và đáp được giải quyết trực tiếp trong khi đối với các nhóm khác, đáp là chủ đề phân tích quy kết để tìm hiểu những giả định tiềm ẩn ở các thành viên gia đình.

Liệu pháp tại gia theo chiến lược

Tiếp cận thứ tư trong liệu pháp tại gia gọi là **liệu pháp tại gia chiến lược** sử dụng nhiều quan điểm của liệu pháp tại gia cấu trúc nhưng chủ yếu tập trung vào việc giải quyết vấn đề trực tiếp – nghĩa là vấn đề gia đình đã nhận dạng và cũng là nguyên nhân khiến họ tìm kiếm sự giúp đỡ hay tự trình bày với các nhà trị liệu. Liệu pháp yêu cầu trình bày vấn đề vì lý do ấy, và để phân biệt vấn đề này với vấn đề khác, các vấn đề sâu sắc hơn, mà chính gia đình không thể nhận biết.

Các nhà trị liệu tại gia theo chiến lược thường hoạt động bằng cách tăng cường việc trình bày vấn đề sao cho việc trình bày ấn tượng đến mức gia đình buộc phải giải quyết nó. Chẳng hạn, một đứa trẻ gây ra thiệt hại và làm người khác nguy hiểm khi đùa với lửa được nhà trị liệu khuyến khích trẻ đốt lửa mừng dưới sự giám sát của bố mẹ. Tương tự một đôi vợ chồng nhận thấy đứa con trai đã trưởng thành có những đòi hỏi như trẻ con, ăn ở lượm thượm, hướng dẫn cho con cách sống ngăn nắp và phân tích ý nghĩ kỳ quặc của con cho đến khi đứa con nhận thấy hành động như thế là đáng nhạo báng. Bằng cách này, phân tích vấn đề rõ ràng, người ta cho rằng gia đình sẽ tìm cách giải quyết vấn đề tương tự khi chúng phát sinh.

Tiếp cận hiện đại trong liệu pháp tại gia

Người ta không còn xem 4 trường phái tại gia này là khác nhau và tách biệt nữa mặc dù lần theo nguồn gốc của chúng có thể nhận thấy trong các kỹ thuật và thông lệ khác nhau mà các nhà trị liệu tại gia áp dụng. Nhiều nhà trị liệu tại gia hiện đại thông qua một hệ thống tiếp cận để tìm hiểu điều gì đang diễn ra nhưng họ cũng dựa vào những trường phái tư tưởng khác, thường sử dụng một tiếp cận can thiệp chiến lược đối với một gia đình cụ thể. về cơ bản, các nhà trị liệu áp dụng bất cứ tiếp cận nào có vẻ thích hợp nhất đối với gia đình và vấn đề trong gia đình hay những gì họ cảm thấy bản thân dễ chịu nhất.

Trong liệu pháp gia đình hiện đại, khuynh hướng đối với các nhà trị liệu là phải tập trung nhiều hơn vào các khía cạnh đối phó tích cực trong hành vi gia đình, chứ không phải là những khía cạnh hoạt động sai chức năng. Có một vài tiếp cận tương đối mới đã xuất hiện, mặc dù trong những tiếp cận này, các nhà trị liệu cũng thông qua kỹ thuật được phát triển từ các hình thức liệu pháp tại gia khác. Trong **liệu pháp tập trung giải quyết**, nhà trị liệu giúp gia đình nhận dạng triệu chứng làm cho họ khổ sở nhiều nhất và giúp họ tìm hiểu khi ít bị đau khổ nhất và lý do tại sao. Nhấn mạnh vào giải quyết hơn là đề cập rối loạn. Trong **liệu pháp kể chuyện**, tập trung vào những câu "chuyện kể" hay giải thích vô ích mà con người phát triển về đời sống của riêng mình. Chẳng hạn, một người luôn nghĩ rằng mình không thành công, do đó họ không để ý khi nào mình đạt được một điều gì đó. Nhà trị liệu không thừa nhận câu chuyện kể của họ, bằng cách giúp họ nhận biết thành tựu có thực, vì thế bắt đầu thay đổi suy nghĩ của họ về chính mình.

Các kỹ thuật trong điều trị tại gia

Mục đích chính của tất cả các nhà trị liệu tại gia là phải giúp gia đình thay đổi cách quan hệ của mình sao cho đạt được một sự cân bằng tốt hơn, và việc trình bày vấn đề làm cải thiện hay thích nghi với các thành viên gia đình khác. Nói chung, liệu pháp tại gia thường nhấn mạnh đến cái chung của đơn vị gia đình, nghiên cứu cái chung này như một hệ thống hoạt động – nghiên cứu những vấn đề chẳng hạn như hệ thống đối với người khác mở rộng hay khép kín đến mức nào, quan tâm và mối quan hệ giữa các thành viên gia đình được nối kết với nhau ra sao, và v.v... . Các nhà trị liệu tại gia cũng xét đến những tam giác cá nhân khác nhau cấu thành gia đình, xem đó là yếu tố quan trọng để tạo ra thay đổi. Mặc dù trên hết, việc xem gia đình như một hệ thống hoạt động nhấn mạnh đến nhu cầu cung cấp **sự phản hồi** trong gia đình. Bằng cách để cho thành viên gia đình nói chung nhận biết điều gì đang diễn ra, gia đình phát triển cách tự điều chỉnh để có cách hoạt động có lợi cho tâm lý hơn.

Phương pháp mà các nhà trị liệu gia đình sử dụng khác nhau đáng kể. Một kỹ thuật bao gồm việc tái diễn các sự kiện quyết định đã diễn ra, để cho người tham gia xem lại họ và các thành viên gia đình khác phản ứng ra sao. Tiếp cận khác là lập sơ đồ hệ thống gia đình sao cho gia đình nhận biết những liên minh và chia rẽ khác nhau giữa họ. Điều này bao gồm việc phát triển **biểu đồ gien** hay cây phả hệ, tìm hiểu ảnh hưởng từ quá khứ và từ các gia đình mở rộng.

Kỹ thuật khác là **khắc họa**, yêu cầu gia đình chứng minh sự gần gũi hay cách biệt với thành viên khác bằng cách sắp xếp cho họ cụ thể, không nói ra. Dĩ nhiên, cũng như hầu hết các nhà trị liệu, các nhà trị liệu tại gia sử dụng tiếp cận làm mẫu và đóng vai trò cũng như tiếp cận nhận thức chẳng hạn như thảo luận quy kết hay suy nghĩ để lộ. Một số nhà trị liệu nhận thấy việc nghiên cứu một số gia đình cùng lúc cũng có lợi. Quan niệm cho rằng những gia đình này hiểu biết rối loạn của họ khi nhìn thấy rối loạn trong gia đình khác – thường dễ nhận biết chức năng hoạt động bị xáo trộn trong gia đình người khác hơn là trong gia đình của chính mình.

Trong chương này, chúng ta đã biết nhiều hình thức liệu pháp khác nhau do các nhà tâm lý học lâm sàng và người khác phát triển. Nói chung đây không phải là danh sách các liệu pháp toàn diện nhất: vẫn còn nhiều liệu pháp khác. Nhưng có thể nhận thấy từ những minh họa ở đây rằng mỗi liệu pháp khác nhau đều chứa đựng mô hình ngụ ý của riêng mình về điều gì là quan trọng đối với con người. Liệp pháp xây dựng trên mô hình ấy và cố gắng áp dụng liệu pháp để giúp những người có dấu hiệu hành vi xáo trộn hay bất thường.

Phần này tìm hiểu tâm lý học cá nhân và sự khác biệt ở con người cũng như tiếp cận tính bất thường. Trong các chương sau, chúng ta tiếp tục khảo sát một số khía cạnh sinh lý trong tâm lý học bao gồm việc nghiên cứu não người và cách não hoạt động, cũng như kinh nghiệm cảm xúc và nhận thức.

Từ khóa

Sự quy kết. Quá trình đưa ra lý do giải thích sự việc đang diễn ra.

Tâm lý liệu pháp hành vi. Tâm lý liệu pháp dạy con người cách mới để đối phó với rối loạn bằng cách tập quen cách hành động mới, như thông qua mô phỏng và làm mẫu.

Liệu pháp tập trung vào khách hàng. Tiếp cận tâm lý liệu pháp do Carl Rogers phát triển trong đó khách hàng được xem là người hiểu biết và giải quyết rối loạn tâm lý của chính mình tốt nhất, vai trò của nhà trị liệu là phải tạo ra một môi trường mang tính hỗ trợ cho khách hàng thực hiện điều ấy.

Liệu pháp nhận thức. Hình thức tâm lý liệu pháp trên cơ sở làm thay đổi suy nghĩ, thái độ và quy kết của con người về thế giới của họ, vì thế giúp họ hành động tích cực hơn và thay đổi sự việc tốt hơn.

Tình trạng bản ngã. Cách tương tác với người khác được Berne mô tả thuộc vào ba nhóm: Bố mẹ, Người lớn và Con cái.

Sự đồng cảm. Cùng chung cảm xúc với người khác, có thể cảm xúc như thế cho dù không trải qua cùng kinh nghiệm.

Tiếp xúc nhóm. Nhóm tự giúp do Carl Rogers nghĩ ra nhằm mục đích tạo ra sự tôn trọng tích cực không điều kiện giữa các thành viên trong nhóm để tạo điều kiện cho cá nhân phát triển.

Người tạo điều kiện thuận lợi. Người có hành động khuyến khích các quá trình giữa cá nhân với nhau tích cực diễn ra, chẳng hạn trong tiếp xúc nhóm.

Sự phản hồi. Hiểu biết về tính hiệu quả trong việc thực hiện một nhiệm vụ hay một loạt nhiệm vụ ở một người. Sự phản hồi có vẻ là điều cần thiết trong hầu hết các hình thức tập quen và hiệu quả hơn nếu như mang tính trực tiếp.

Liệu pháp vai trò cố định. Hoàn toàn tâm lý liệu pháp trong đó con người đảm nhận các vai trò khác với vai trò mà họ chấp nhận thông thường.

Liệu pháp Cấu trúc. Hình thức tâm lý liệu pháp nhấn mạnh tầm quan trọng của kinh nghiệm nhận cảm hoàn toàn.

Sự thích ứng tình trạng quen với một kích thích đến mức không còn được các tế bào thần kinh nhận cảm bảo đảm nữa.

Liệu pháp bùng nổ. Hình thức liệu pháp hành vi trên cơ sở "giết quá mức", trong đó cá nhân liên tục đối mặt với các kích thích gây sợ hãi cho đến khi sự sợ hãi của họ không còn nữa.

Quy kết bên trong. Đánh giá cho rằng một hành vi hay hành động được các nguồn bên trong cá nhân gây ra - chẳng hạn như tính tình, nhân cách hay ý định. Còn gọi là quy kết tố chất.

Làm mẫu. Đưa ra minh họa mà trẻ có thể mô phỏng để tập quen nhiều cách hành vi.

Không định hướng. Hành động theo cách cho phép sự tương tác với người khác tiếp tục nhưng không biểu thị người khác nên hành động hay ám chỉ như thế nào, hoàn toàn hay dứt khoát, ở những điều họ nên phát biểu.

Tính không an toàn bản thể học. Hình thức không an toàn phải tiến hành với sự phát triển riêng và ý thức nhận dạng của một người.

Thuyết quyết định sinh lý. Tiếp cận phát biểu rằng con người và hành vi khác xảy ra như một kết quả dễ hiểu của hệ thống sinh lý.

Tính qua lại giả. Một quá trình phát hiện trong một số gia đình bị rối loạn trong đó thành viên gia đình khăng khăng cho rằng không có mâu thuẫn tồn tại, duy trì xúc cảm giả vờ che giấu thái độ thù địch và gây hấn cơ bản nghiêm trọng.

Phân tâm học. Hình thức tâm lý liệu pháp mục đích phân tích suy nghĩ tiềm thức để nhận dạng ý nghĩa và động cơ thúc đẩy tiềm ẩn.

Rối loạn tâm thể. Rối loạn có thể có nguồn gốc từ sự căng thẳng tâm lý hay các nguồn tâm lý khác.

Điều trị hành vi xúc cảm duy lý. Hình thức tâm lý liệu pháp phối hợp lập luận duy lý với các kỹ thuật liệu pháp hành vi.

Gia đình bệnh tâm thần phân liệt. Gia đình có vẻ khuyến khích sự phát triển bệnh tâm thần phân liệt ở một số thành viên thông qua sự tương tác xáo trộn chẳng hạn như tính qua lại giả.

Lý thuyết tập quen xã hội. Tiếp cận phát triển ở trẻ phát biểu rằng trẻ phát triển thông qua việc tập quen với người khác quanh mình.

Kinh tế quy ước. Hệ thống bao gồm sử dụng tiền quy ước như tác nhân củng cố thứ cấp trong việc phục hồi bệnh nhân tâm thần dài hạn.

Sự hoán đổi. Hình thức hoán đổi hay trao đổi hành vi giữa các cá nhân.

Phân tích hoán đổi. Phương pháp phân tích hành vi xã hội nghiên cứu các mẫu hoán đổi hành vi dưới dạng tình trạng bản ngã mà chúng để lộ.

Tóm tắt

1. Phân tâm học ban đầu phản ánh lý thuyết của Freud, mặc dù tiếp theo sau cũng có những hình thức khác phát triển. Giới phê bình phân tâm học cho rằng phân tâm học ít có công dụng mặc dù cực kỳ phổ biến và nhiều ảnh hưởng.
2. Liệu pháp hành vi phát triển bằng cách áp dụng lý thuyết tập quen đối với các rối loạn hành vi bất thường. Kỹ thuật liệu pháp hành vi có thể xem là kỹ thuật trên cơ sở biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển, biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm và tập quen xã hội.
3. Liệu pháp tập trung vào khách hàng trên cơ sở lý thuyết nhân cách của Rogers, cho rằng nếu cá nhân được tôn trọng tích cực không điều kiện thì họ có khả năng loại trừ rối loạn ở chính mình.

4. Liệu pháp theo thuyết hiện sinh xem con người chọn lựa hành động của mình bao gồm việc lâm bệnh. Nhấn mạnh đến bối cảnh con người đang sống và cách con người đáp ứng nhu cầu, cũng như nhấn mạnh vào sự tương tác gia đình ở người bệnh tâm thần phân liệt sau cùng dẫn đến sự phát triển liệu pháp tại gia.
5. Liệu pháp nhận thức mục đích nhận dạng nhận thức méo mó sao cho con người hiểu được tình huống của mình hiệu quả hơn và hành động để thay đổi. Liệu pháp tập trung vào sự mong đợi, đánh giá, quy kết và niềm tin.
6. Liệu pháp xây dựng cá nhân dựa trên quan điểm cho rằng mọi người đều có cách hiểu thế giới độc đáo của riêng mình. Liệu pháp khuyến khích con người thay đổi hệ thống xây dựng cá nhân của mình để cho hiểu được sự kiện theo cách tích cực hơn.
7. Liệu pháp duy lý xúc cảm để đối phó với suy nghĩ phi lý, thất sách, một phần thông qua lập luận logic, một phần thông qua việc tập quen hành vi mới và một phần thông qua việc tái rèn luyện phản ứng xúc cảm.
8. Những tiếp cận khác trong liệu pháp bao gồm liệu pháp Cấu trúc nhấn mạnh toàn bộ lĩnh vực nhận thức trong đó kinh nghiệm diễn ra, Phân tích Hoán đổi giải thích tương tác xã hội theo nghĩa trò chơi và các mẫu xã hội khác, và liệu pháp tại gia nhấn mạnh cá nhân nằm trong bối cảnh gia đình của mình.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy phác họa tóm tắt các giả định và ý kiến trong tiếp cận liệu pháp theo thuyết hiện sinh.
2. Hãy mô tả những loại nhận thức chính của các nhà trị liệu nhận thức.
3. Hãy phác họa những nguyên tắc cơ bản của liệu pháp Cấu trúc hay xúc cảm duy lý.

Câu hỏi thảo luận

1. Phân tâm học có ưu, khuyết điểm gì?
2. "Nơi nào liệu pháp hành vi hoạt động thì nơi đó có những lý do hoàn toàn khác với các lý do của những người theo thuyết hành vi đưa ra". Hãy thảo luận, tham khảo một số hình thức liệu pháp hành vi cụ thể.
3. Hãy so sánh và nêu bật sự tương phản giữa liệu pháp tập trung vào khách hàng và liệu pháp xây dựng cá nhân.

phần

3

Tâm lý học sinh lý

Phát triển não và tâm lý học thần kinh lâm sàng 341

Ý thức 380

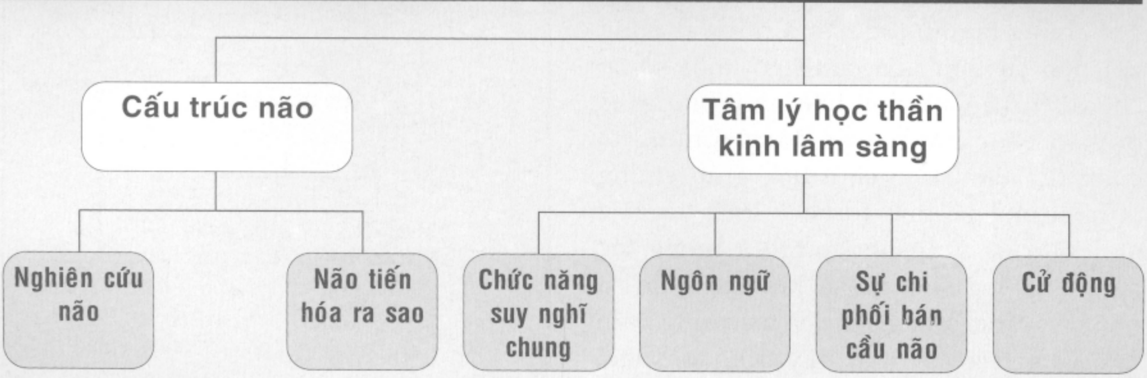
Cảm giác và cận tâm lý học 422

Cảm xúc và động cơ thúc đẩy 474

chương

10

Phát triển não và tâm lý học thần kinh lâm sàng



Đối tượng nghiên cứu

10.1. Hệ thần kinh

a. Định nghĩa thuật ngữ về hệ thần kinh

b. Mô tả ba phần trong hệ thần kinh

c. Liên kết các phần trong hệ thần kinh với kinh nghiệm thường nhật

10.2. Phương pháp nghiên cứu não

a. Mô tả phương pháp nghiên cứu chức năng hoạt động của não

b. Phác họa chức năng hoạt động quan trọng của cấu trúc lớp dưới vỏ nảo

c. Liên kết cấu trúc não với sự phát triển tiến hóa

10.3. Sự tiến hóa của não

a. Mô tả cấu trúc lớp dưới vỏ não

b. Liên kết sự rối loạn trong chức năng hoạt động của não với rối loạn trí nhớ

c. Đánh giá mối quan hệ giữa chức năng hoạt động của não và nhân cách

10.4. Sự di truyền

a. Định nghĩa thuật ngữ về sự di truyền

b. Phân biệt giữa sự gián phân và sự giảm phân

c. Tiếp cận tính phức tạp trong mối quan hệ giữa gien và sự phát triển

10.5. Tâm lý học thần kinh lâm sàng

a. Định nghĩa thuật ngữ về tâm lý học thần kinh lâm sàng

b. Liên kết sự rối loạn trong hoạt động chức năng của não với rối loạn trí nhớ

c. Đánh giá mối quan hệ giữa hoạt động chức năng của não và nhân cách

10.6. Chức năng ngôn ngữ

a. Nhận dạng các vùng trên vỏ não liên quan đến ngôn ngữ

b. Mô tả rối loạn ngôn ngữ do tổn thương não gây ra

c. Áp dụng hiểu biết chức năng hoạt động của não trong kinh nghiệm thường nhật

10.7. Những khác biệt bán cầu

a. Định nghĩa thuật ngữ về khác biệt bán cầu

b. Mô tả nghiên cứu người bị tách não của Sperry

c. Đánh giá chứng cứ sự khác biệt bán cầu và tính sáng tạo

10.8. Cơ chế cử động trong não

a. Phác họa quá trình liên quan đến sự cử động cần kỹ năng trong não

b. Phân biệt giữa hệ vận động bó tháp và bó tháp ngoài

c. Mô tả cơ sở thần kinh trong các rối loạn

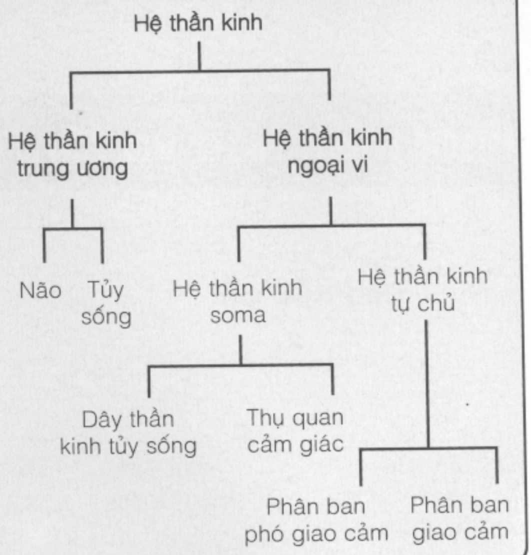
Trong một vài chương sau, phần lớn chúng ta nghiên cứu một phần trong tâm lý học gọi là **tâm lý học sinh lý** hay đôi lúc gọi là **tâm sinh học.** Chúng ta khảo sát những phần khác nhau trong não và hệ thần kinh hoạt động ra sao, chức năng của chúng liên quan đến kinh nghiệm của chúng ta như thế nào. Chúng ta cũng xét đến sự tiến hóa của não, một số cơ chế di truyền và sinh hóa giúp chúng ta duy trì chức năng hoạt động. Chúng ta cũng tìm hiểu tâm sinh học giúp chúng ta hiểu biết về tình trạng ý thức và giấc ngủ ra sao, cũng như một số tương tác của hệ thống sinh lý và kinh nghiệm cá nhân, những tương tác ấy tác động cảm xúc và động cơ thúc đẩy như thế nào. Trước tiên chúng ta điểm qua một trong những cấu trúc tâm sinh lý chính – hệ thần kinh ở người.

Hệ thần kinh ở người

Hệ thần kinh ở người bao gồm một hệ thống nhiều sợi chạy khắp cơ thể. Hệ thống này bao gồm hàng triệu tế bào đặc biệt gọi là **tế bào thần kinh,** và những tế bào thần kinh này được sắp xếp thành những cấu trúc khác nhau. Hệ thần kinh đảm nhận chức năng hoạt động truyền đạt quan trọng đối với cơ thể. Hệ thống gồm các tế bào thần kinh truyền thông tin từ một bộ phận này đến một bộ phận khác trong cơ thể, đồng phối hợp những hoạt động khác nhau trong những thời điểm khác nhau, và hình thành khi những hành động hay phản ứng cụ thể thích hợp hay không thích hợp. Tất cả những thông tin này giúp cơ thể đồng phối hợp chức năng hoạt động cơ thể và sinh lý sao cho hoạt động hiệu quả và phần lớn mang tính tự chủ.

Hệ thần kinh thường được chia thành ba phần mặc dù những phần này không hoàn toàn tách biệt nhau (Hình 10.1), gồm: hệ thần kinh trung ương, hệ thần kinh ngoại vi và hệ thần kinh tự chủ. Hình 10.2 cung cấp một phác họa sơ lược vị trí của hệ thần kinh trung ương và hệ thần kinh ngoại vi trong cơ thể.

Hình 10.1 Cấu trúc hệ thần kinh

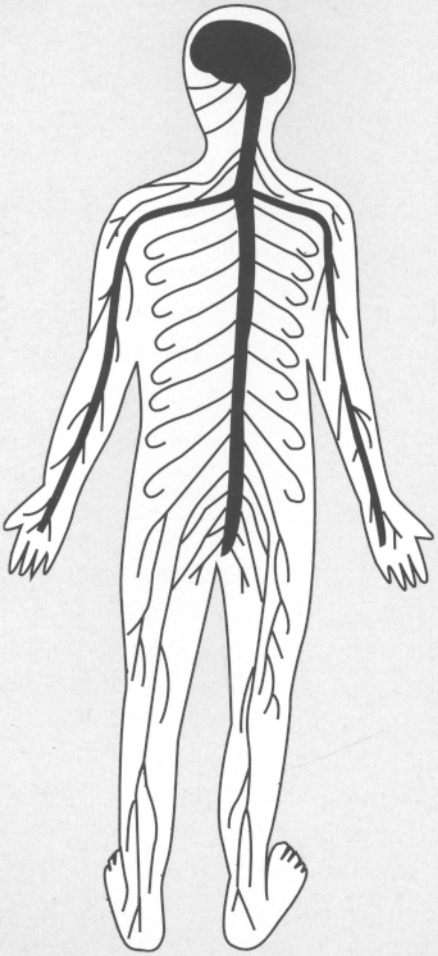


Não và tủy sống cùng hình thành **hệ thần kinh trung ương** (thường gọi tắt là **CNS**), xử lý thông tin tiếp nhận được qua hệ thần kinh ngoại vi và chúng cũng cùng điều phối các hành động và phản ứng khác nhau của cơ thể. Những cấu trúc khác nhau của hệ thần kinh trung ương liên lạc với nhau cũng như với phần cơ thể còn lại. Hoạt động của nó rất phức tạp – đôi khi bao gồm cấu trúc não chuyên biệt trong sự cân bằng hóa chất được não điều chỉnh tốt.

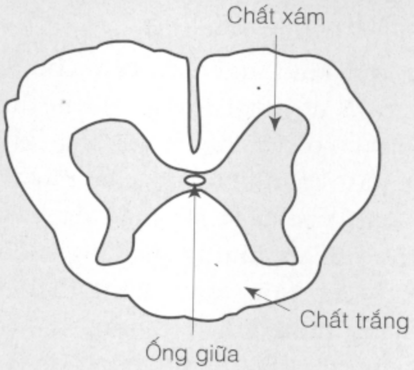
Bản thân bộ não bao gồm hàng triệu tế bào thần kinh nén chặt với nhau. Mỗi tế bào thần kinh này hay **nơron** có sự nối kết với nhiều tế bào thần kinh khác. Những sợi dài còn gọi là sợi nhánh (từ tiếng Hy Lạp có nghĩa là nhánh cây) vươn từ thân tế bào thần kinh ra ngoài, vươn ra để tạo sự kết nối với các tế bào thần kinh gần đó hay nằm trong các phần khác trong não.

Trong não, nhiều tế bào thần kinh (mặc dù không phải là tất cả) có hình dạng **nơron đệm** hay nơron chuyển tiếp. Những nơron đệm này có các tua cuốn, gọi là sợi

Hình 10.2 Hệ thần kinh trung ương và hệ thần kinh ngoại vi



Hình 10.3 Mặt cắt tủy sống



nhánh, vươn ra mọi phía để hình thành sự nối kết với các tế bào khác. Các lớp ngoài của bán cầu não bao gồm hàng tỉ tế bào loại này cùng với hàng tỷ tế bào khác chẳng hạn như tế bào thần kinh đệm, chức năng của nó dường như duy trì sự cung cấp dưỡng chất cần thiết để hoạt động chức năng ở các tế bào thần kinh. Những lớp này gọi là **chất xám.** Bên trong các bán cầu não là **chất trắng,** gồm các sợi thần kinh, có bao myelin nhiều mỡ bao bọc, đến mức trong chúng có màu trắng.

Trong tủy sống (Hình 10.3), thứ tự đảo ngược, chất trắng nằm ở bên ngoài, chất xám ở bên trong. Ngay giữa là một ống nhỏ chứa chất dịch não tủy: chất dịch mang dưỡng chất đến hệ thần kinh. Não cũng có những chỗ đầy chất dịch não tủy, gọi là thất. Chúng ta sẽ nghiên cứu chức năng hoạt động của não trong phần thứ hai của chương này, cũng như một số hoạt động hóa học trong não ở Chương 11.

Hệ thần kinh ngoại vi hình thành một hệ thống gồm các sợi thần kinh bao bọc khắp cơ thể, với vai trò mang thông tin về cơ thể và thế giới bên ngoài đến não và tủy sống, truyền thông tin từ bộ não và tủy sống đến các bộ phận khác trong cơ thể. Các thụ quan trong hệ thần kinh ngoại vi tập hợp thông tin về môi trường bên ngoài và các sợi thần kinh trong hệ thống ấy truyền đạt thông tin ấy đến hệ thần kinh trung ương và phần cơ thể còn lại – tất cả những hoạt động này giúp chúng ta nhận thức và phản ứng đối với các thay đổi trong môi trường của mình. Chúng ta sẽ nghiên cứu hoạt động của hệ thần kinh ngoại vi trong Chương 12.

Phần thứ ba trong hệ thần kinh, **hệ thần kinh tự chủ (ANS)** bao gồm nhiều tuyến cũng như tế bào thần kinh, liên quan đến tình trạng cơ thể, như mang thai hay tình trạng cảm xúc. Những tuyến và sợi thần kinh này trong hệ thần kinh tự chủ điều phối phần lớn chức năng hoạt động sinh lý chung của chúng ta, sử dụng thông tin từ bên trong cơ thể để điều phối. Chúng cũng trực tiếp phản ứng với một số thông tin bên ngoài nhất là kích thích căng thẳng hay cảm xúc. Chúng ta sẽ khảo sát hoạt động của hệ thần kinh tự chủ trong Chương 13.

Mặc dù kinh nghiệm của chúng ta phần lớn là do hoạt động của hệ thống thần kinh, cơ và tuyến. Trong những chương này có nhiều lúc cần phác họa những lĩnh vực tâm lý khác để có bức tranh thực tế về những gì đang diễn ra. Kinh nghiệm cảm xúc chẳng hạn một phần mang tính sinh lý, nhưng hiểu biết hoàn toàn tâm lý cảm xúc cũng phải tính đến các khía cạnh cá nhân và xã hội. Như chúng ta đã biết trong Chương 1, tâm sinh học hiện đại chọn tiếp cận **tương tác** để tìm hiểu kinh nghiệm của con người hơn là tiếp cận **giản hóa luận.** Điều này có nghĩa rằng các mức độ giải thích sinh hóa, thần kinh và sinh lý đều cùng phối hợp với các mức độ cá nhân, xã hội và văn hóa trong việc tìm hiểu kinh nghiệm con người.

NGHIÊN CỨU NÃO

Não là một cấu trúc cực kỳ phức tạp. Ở con người, có hai bán cầu não lớn làm lu mờ hầu hết các phần khác, vì thế chúng hầu như là tất cả những gì bạn cần nghiên cứu khi nhìn bộ não từ bên trong. Nhưng chôn sâu giữa hai bán cầu là nhiều cấu trúc khác và cũng có những chỗ trống gọi là **thất** chứa chất dịch não tủy. Chính não dường như phần lớn liên quan đến những gì mà chúng ta gọi là chức năng tinh thần "cấp cao" – suy nghĩ, lập luận, nhớ các sự kiện hay ngôn ngữ, v.v... Chúng ta sẽ nghiên cứu một số chức năng của não ở cuối chương này.

Từ nghiên cứu phẫu thuật, chúng ta biết rằng phần não còn lại chia thành nhiều cấu trúc khác nhau, gọi là **cấu trúc lớp dưới vỏ** vì chúng nằm bên dưới vỏ não, có thể nhận biết khi bộ não được cắt ra vì các sợi thần kinh hợp với nhau thành bó. Nhưng nghiên cứu phẫu thuật chỉ cho chúng ta biết về mô chết – về cấu trúc của não chứ không phải chức năng hoạt động. Có nhiều phương pháp khác mà các nhà tâm lý học và tâm sinh học áp dụng để tìm hiểu hoạt động của não (Bảng 10.1). Không có cách nào tỏ ra lý tưởng nhưng khi chúng ta kết hợp chứng cứ từ những phương pháp này thì sẽ có được bức tranh hoạt động của não – trong một số khía cạnh.

Bảng 10.1 Nghiên cứu não

Can thiệp cơ thể	Cắt bỏ
	Thương tổn
	Chấn thương do tai nạn
Can thiệp hóa học	Đưa ống thông
	Lấy mẫu
Can thiệp bằng điện	Ghi lại bằng điện cực nhỏ
	Điện não đồ
	Điện thế khởi kích
	Kích thích điện
Chụp cắt lớp	CAT
	MRI
	PET

Khó khăn trong việc phát hiện vùng nào trong não có chức năng gì là do bộ não là một cấu trúc hợp nhất, phối hợp cao. Ngoài ra, não rất sinh động, được bảo vệ tốt, điều này tạo ra rất nhiều khó khăn, vì có nghĩa rằng kỹ thuật nghiên cứu não theo truyền thống thường chỉ xét điều gì đang diễn ra khi trong cách nào đó có vẻ sai lầm. Như chúng ta sẽ biết, hầu hết kỹ thuật sử dụng nghiên cứu não đều có ưu khuyết điểm, chúng ta nên nhớ điều này, có nghĩa là tất cả nghiên cứu đều vô ích – chúng ta nên thận trọng trước khi vội vã kết luận.

Nghiên cứu động vật

Phần lớn hiểu biết của chúng ta về chức năng hoạt động của bộ não từ nghiên cứu động vật. Một số nhà nghiên cứu, nhất là

Gray (1985) cho rằng công việc này có thể chấp nhận về mặt đạo đức vì nó giúp phát triển điều trị y tế hiệu quả dành cho con người. Các nhà tâm lý học khác phản đối việc dùng động vật nghiên cứu với lý do điều này độc ác, ở mức độ nào đó không cần thiết. Tranh luận rất quyết liệt, ít nhất có kết quả đáng giá khi chắc chắn rằng một nghiên cứu động vật bất kỳ được tiến hành trong tâm lý học phải được thực hiện bằng mục đích nghiên cứu nghiêm túc chứ không phải là một yêu cầu của khoa học hay để minh họa cho giảng dạy.

Một số người phản đối thí nghiệm trên động vật cho rằng tìm chứng cứ theo cách này không phù hợp, vì não động vật không giống với não người. Fisher (1964) chứng minh rằng việc tiêm chất truyền thần kinh acetylcholine, tạo ra những phản ứng khác nhau ở mèo và chuột ngay cả khi tiêm chất truyền vào cùng một vị trí trong não của chúng. Ở chuột tạo phản ứng đói bụng nhưng ở mèo có những biểu hiện giận dữ hay điên tiết. Nếu cùng một chất trong cùng một bộ phận của não tạo ra những kết quả khác nhau như thế này thì nghiên cứu não ở động vật có thể hạn chế trong giá trị của chúng khi nghiên cứu não người.

Mặt khác có nhiều minh họa nghiên cứu động vật mang đến kết quả có thể áp dụng cho người. Tìm hiểu sự lo âu và cơ chế trong não được tiến hành trên động vật trực tiếp mang lại sự phát triển các loại thuốc chống lo âu (Gray, 1985). Tương tự, nghiên cứu động vật dẫn đến sự phát triển cách điều trị bệnh Parkinson, góp phần hiểu biết rõ hơn quá trình phát bệnh Alzheimer. Vì thế có những lập luận ở cả hai mặt: quyết định giữa họ là vấn đề giá trị và chọn lựa đạo đức hơn là chỉ xét đến chứng cứ đơn thuần.

Can thiệp thể chất

Một loạt các phương pháp nghiên cứu não bao gồm can thiệp cơ thể. Những phương pháp này có thể là phẫu thuật cắt bỏ một bộ phận não, gọi là **sự cắt bỏ** hay làm tổn thương đến các bộ phận nhỏ trong não gọi là **thương tổn.** Thương tổn có thể diễn ra ngẫu nhiên như các chấn thương khác, và những chấn thương ngẫu nhiên này cũng cho chúng ta biết một điều gì đó về chức năng hoạt động của não.

Một số thông tin sớm nhất về não từ những chấn thương ngẫu nhiên. Trường hợp đáng lưu ý của Phineas Gage, bị chấn thương não nghiêm trọng nhưng vẫn còn sống trong nhiều năm một minh họa điển hình (Macmillan, 1996) nhưng cũng có những chấn thương nhẹ hơn. Nhiều người bị thương do mảnh đạn trong Thế chiến I chẳng hạn cung cấp thông tin về sự khiếm khuyết phát sinh do tổn thương ở một vùng não cụ thể. Thông tin này được Holmes (1919) kết hợp, ông nhận dạng sự tồn tại của vỏ thị giác từ quan sát những người bị thương do mảnh đạn rơi vào phía sau của não đều có rối loạn thị giác.

Cố gắng tìm hiểu từ chấn thương ngẫu nhiên hay bệnh não cũng có khiếm khuyết. Nếu bệnh nhân bị một loại thương tổn ở một phần não cụ thể thì sau này không còn khả năng làm được những việc họ đã làm trước kia nhưng chúng ta vẫn chưa hiểu điều gì đang diễn ra. Dĩ nhiên, chúng ta biết rằng vùng não bị thương tổn có liên quan đến chức năng nào đó. Điều chúng ta không rõ là vùng này có tầm quan trọng ra sao hay liệu nó có phải là một bộ phận trong cả hệ thống hay không. Nếu dây điện chạy từ nút bấm chuông đến chuông bị đứt thì chuông sẽ không reo nhưng không có nghĩa là dây điện là một phần tạo ra tiếng động. Cả **hệ thống** tham gia tạo ra kết quả và thương tổn bất kỳ phần nào trong hệ thống đều có thể làm gián đoạn chức năng hoạt động của hệ thống.

Trở ngại khác phát sinh từ việc cố gắng nghiên cứu hoạt động não người thông qua chấn thương ngẫu nhiên là tiến hành quá trình **quy kết** xã hội và giải thích xã hội (xem Chương 15). Chúng ta thường để ý vấn đề chỉ khi nào chúng thu hút sự chú ý nhưng khi chú ý chúng ta thích giải thích chúng. Nếu một người bị chấn thương não, sẽ thu hút sự chú ý của chúng ta về chức năng hoạt động của người ấy, có nghĩa là chúng ta bắt đầu để ý vấn đề về chức năng mà trước đây chúng ta không hề lưu tâm – cho dù chúng cũng giống như trước khi chấn thương xảy ra. Chẳng hạn, thật dễ quy kết cho sự quên hay một tính khí nhất thời đối với chấn thương và giảm thiểu trí nhớ của chúng ta về việc trước khi bị thương tổn thì con người ấy như thế nào. Thật ra, vì nghĩ rằng chấn thương não làm con người thay đổi nên chúng ta rất nhạy cảm đối với điều này: chấn thương hình thành một **tập hợp nhận thức** ảnh hưởng đến những gì chúng ta lưu ý và những gì chúng ta xem nhẹ.

Điều này không chỉ áp dụng đối với người quan sát, mà còn áp dụng đối với người bị chấn thương. Chẳng hạn có lúc ai cũng bị quên, nhưng chúng ta thường không nghĩ gì về nó. Nhưng một người bị chấn thương ở đầu sẽ nhận thấy mỗi lần mình quên một điều gì đó, và thường quy kết sự quên của mình là do chấn thương. Ngoài ra, họ không cố gắng nhớ lại sự việc, nghĩ rằng không cần làm như thế. Vì thế, trí nhớ của họ sẽ kém hơn sau khi bị chấn thương nhưng vì mong đợi của họ hơn là vì chính chấn thương. Không có ghi chép thật chính xác cá nhân ấy trước đây như thế nào (điều chúng ta không lưu ý), thật khó biết chấn thương đã tạo ra những thay đổi gì.

Kỹ thuật hóa học

Nơron truyền thông tin từ tế bào này sang tế bào khác bằng những hóa chất đặc biệt gọi là chất truyền thần kinh, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn trong chương sau. Nhiều loại chất truyền thần kinh khác nhau liên quan đến các khía cạnh khác nhau trong hoạt động chức năng của não. Một số nghiên cứu tiến hành **tiêm hóa chất** – đưa hóa chất vào não sử dụng các ống cực nhỏ gọi là **ống thông dò (cannul)**. Chúng cho biết nhiều điều về một số bệnh, chẳng hạn như bệnh Parkinson có thể thuyên giảm ra sao khi tăng lượng chất truyền thần kinh cụ thể vào não. Vì phần lớn những nghiên cứu này được tiến hành ở động vật nên không chắc kỹ thuật được áp dụng phổ biến ra sao: nghiên cứu của Fisher (1964) mô tả ở trên cho thấy có nhiều khác biệt trong chức năng hoạt động của các chất truyền thần kinh khác nhau giữa các chủng loài.

Sử dụng **thuốc** là cách khác để nghiên cứu khía cạnh hóa học trong chức năng hoạt động của não, mặc dù điều này phải suy đoán nhiều hơn vì chúng ta không thể trực tiếp nhìn thấy thuốc ảnh hưởng đến bộ phận nào của não (ít nhất ở con người). Tuy nhiên, một số thuốc có vẻ có cấu trúc hóa học rất giống với một số loại chất truyền thần kinh, và điều này cho chúng ta biết một điều gì đó về cách hoạt động của các hóa chất xuất hiện tự nhiên, khác nhau trong não. Chúng ta sẽ khảo sát chi tiết tác dụng của thuốc trong Chương 11.

Kỹ thuật khác, **lấy mẫu hóa học**, lấy mẫu chất truyền thần kinh để nghiên cứu chất truyền thần kinh hoạt động trong não trong một thời điểm đã cho. Một số nghiên cứu về sinh hóa trí nhớ áp dụng kỹ thuật này. Mặc dù vì nguy cơ tổn thương và tính không chắc chắn về vùng lấy mẫu ở não nên phương pháp này hiếm khi sử dụng ở con người, chỉ thường áp dụng trên động vật.

Nghiên cứu điện não

Tế bào thần kinh hình thành bộ não và hoạt động của hệ thần kinh bằng cách phát ra những xung điện cực nhỏ. Vì thế cách nghiên cứu khác về não là nghiên cứu hoạt động điện trong não. Một số phương pháp này bao gồm việc thu thập thông tin về hoạt động điện của các tế bào thần kinh đặc biệt. Những kỹ thuật khác giúp chúng ta nghiên cứu chức năng hoạt động thần kinh chung – hoạt động điện do toàn bộ các vùng trong não tạo ra.

Ghi lại bằng vi điện cực là đặt một điện cực cực nhỏ siêu nhạy cảm ở trong hay gần một nơron riêng lẻ sao cho có thể dò tìm hoạt động diện phát ra. Người ta nghĩ, phải cần mức độ chính xác cao vì não có hàng tỷ nơron, kỹ thuật không chắc cho chúng ta biết nhiều về chức năng hoạt động chung của não – cho dù rất hữu ích trong việc phân tích thông tin cụ thể. Phải mất nhiều thế kỷ mới phác họa được toàn bộ não theo cách này và hầu hết các vùng đều không phản ứng đối với các kích thích dễ kiểm soát và rất cụ thể. Nhưng như chúng ta đã biết trong Chương 2 và sẽ quay lại trong Chương 12, kỹ thuật được Hubel và Wiesel (1968, 1979) sử dụng với sự thành công đáng kể, phác họa chức năng hoạt động của một số tế bào thị giác trong vùng đồi thị và trong vỏ thị giác. Họ cho thấy thật khó nhọc khi tập hợp hàng ngàn cách đánh giá khác nhau để sau cùng mới có một mẫu mạch lạc.

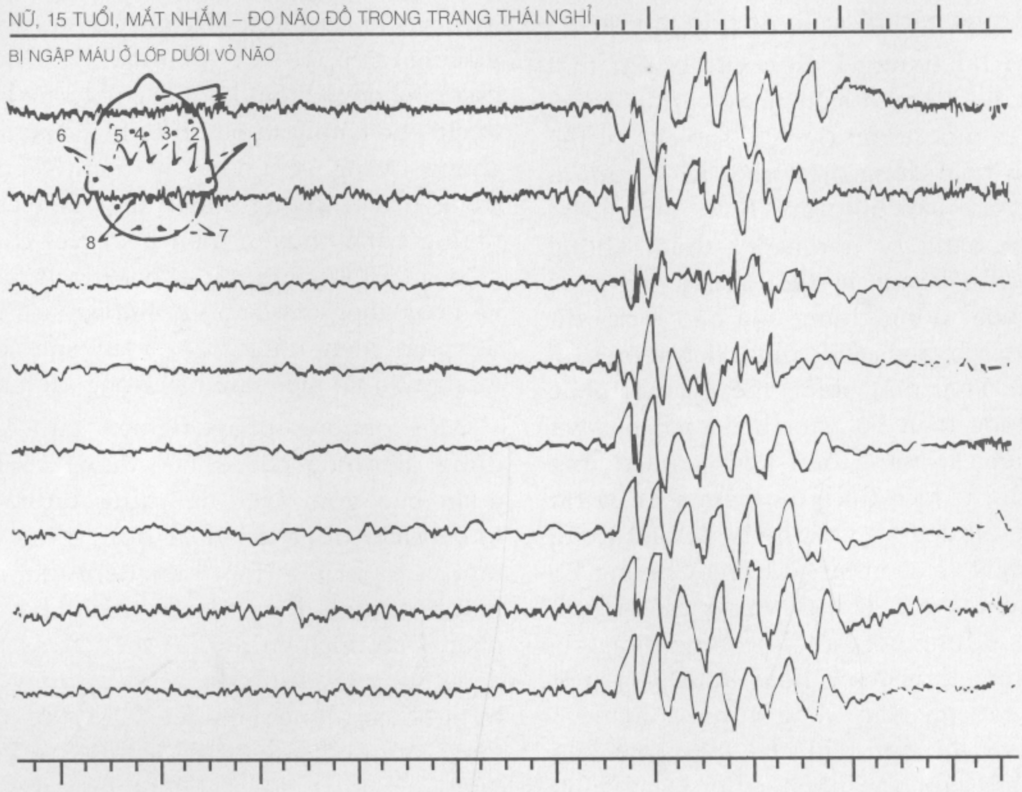
Cách khác để đo hoạt động điện trong não là sử dụng **điện não đồ** hay **EEG**, thu được bằng việc gắn điện cực nhạy cảm vào da đầu. Diện cực ghi lại sự thay đổi bất kỳ trong điện trường được hoạt động điện của tế bào não tạo ra. Thông tin từ những điện cực này được chuyển đến **máy ghi nhịp tim vật lý**, gồm hàng ngàn cây bút tựa lên một cuộn giấy di chuyển theo một tốc độ không đổi. Mỗi cây bút nhận thông tin từ một điện cực, chuyển động lên xuống. Chuyển động lớn sẽ biểu hiện như "đỉnh" trên tờ giấy biểu thị có đợt bùng phát lớn trong hoạt động điện, và chuyển động nhỏ biểu thị sự bùng phát nhỏ hơn. Vì thế từ điện não đồ chúng ta biết hoạt động của não nói chung diễn ra trong mỗi vùng của não. Hình 10.4 là điện não đồ của một thiếu nữ bị tai biến nhẹ trong khi đo điện não đồ.

Trong Chương 11, chúng ta khảo sát cách dùng điện não đồ (EEG) để tìm hiểu giấc ngủ. Sự tỉnh táo, thư giãn, sự đánh thức và những mức độ khác nhau trong giấc ngủ đều tạo ra những mẫu EEG khác nhau. Nhưng khiếm khuyết chính của EEG là chỉ cho chúng ta biết một khái niệm rất chung chung về những gì đang diễn ra trong não – không cho chúng ta biết rõ những vùng chuyên môn hóa. Nói chung mặc dù EEG cung cấp thông tin hữu ích về hoạt động của não và thường sử dụng để phát hiện những rối loạn sức khỏe giống như tai biến não hay động kinh nhẹ.

Một phương pháp nghiên cứu hoạt động điện của não khác, nhưng có liên quan bao gồm việc sử dụng **điện thế khởi kích**, trong đó hoạt động điện của một vùng não cụ thể được đánh giá như một phản ứng đối với một sự kiện hay tác nhân kích thích cụ thể. Vì thế, chẳng hạn nếu chúng ta muốn đánh giá sự thay đổi trong hoạt động của não đối với một tiếng động đặc biệt thì chúng ta phải đánh giá hoạt động điện thông thường trong não của người đó, tạo ra tiếng động, trong khi cùng lúc đánh giá hoạt động điện, sau đó so sánh các ghi chép điện để xem đã tạo ra thay đổi nào trong hoạt động điện. Thực tế, kích thích trong số đo điện thế khởi kích thường được đo nhiều lần, và phản ứng trung bình được chọn là số đo điện thế khởi kích .

Vì chính bộ não không có thụ quan nhận cảm nên khi bị cắt bỏ hay thương tổn không hề đau đớn – dĩ nhiên mô quanh da đầu sẽ cảm thấy đau. Điều này có nghĩa có thể kích thích não trực tiếp, sử dụng điện cực nhỏ, quan sát điều gì diễn ra – hay trong trường hợp những người tham gia nghiên cứu, hỏi họ xem có cảm giác gì. **Kích thích điện** đôi khi được sử dụng khi bác sĩ phẫu thuật chuẩn bị phẫu thuật não vì bệnh nhân còn tỉnh, không cần gây tê cục bộ ở da đầu, bằng cách này bác sĩ phẫu thuật nhận thấy nên tránh vùng nào.

Hình 10.4 Điện não đồ



Nổi tiếng nhất trong những nghiên cứu này, do Penfield và Rasmussen (1950) báo cáo dẫn đến sự nhận dạng các vùng chiếu nhận cảm chính trong vỏ não cũng như các vùng vận động và cơ thể nhận cảm. Trong khi không thể cung cấp thông tin về suy nghĩ và nhớ hay các quá trình tự chủ hay tiềm thức, thì kỹ thuật này cũng hữu ích trong việc giúp chúng ta tìm hiểu chức năng của não được định vị – nhất là khi nó khẳng định hiểu biết thu được bằng các phương pháp nghiên cứu khác.

Chụp cắt lớp não

Trong những năm gần đây xuất hiện một số phương pháp nghiên cứu não tinh vi hơn, bao gồm **kỹ thuật không xâm phạm** tương đối không đụng đến cơ thể bệnh nhân, nhưng dù sao cũng thu được một bức tranh về điều gì đang diễn ra trong não bằng cách chụp não cắt lớp và phát hiện bất kỳ thay đổi hay vùng nào có chức năng hoạt động bất thường.

Một kỹ thuật không xâm phạm khác để nghiên cứu cấu trúc não bao gồm **chụp lớp trục bằng vi tính** hay chụp cắt lớp **CAT,** bao gồm việc hình thành bức tranh bộ não bằng quang tuyến theo không gian ba chiều, sử dụng tia X để chụp một loạt các "lớp cắt" qua não. Hình ảnh khác nhau từ các "lớp cắt" sau đó dùng máy tính phối hợp lại. Bức tranh có được cho thấy nhiều vùng mô tổn thương hay biến dạng, nhận dạng vị trí các rối loạn chẳng hạn như huyết khối hay vùng làm mạch máu tắc nghẽn.

Hình ảnh cộng hưởng từ (MRI) là một kỹ thuật khác, trong đó một chuỗi sóng điện từ – như sóng radio – đưa vào bộ não, làm cho các nơron trong não phản ứng với kích thích điện từ bằng cách tự tạo ra các sóng điện từ, những sóng này được dò tìm và ghi lại. Cũng như với chụp cắt lớp CAT, kỹ thuật này là sự kết hợp vi tính hóa của nhiều cách đo này để có được hình ảnh não, lần này biểu thị các bó nơron hoạt động.

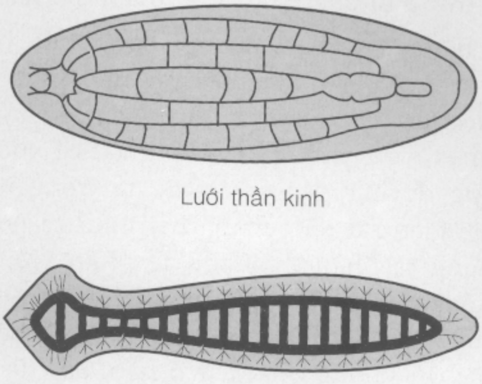
Mỗi lần một tế bào thần kinh phóng điện, nó tiêu hủy một phần nhỏ lượng điện dự trữ, cần được tái tạo bằng dưỡng chất cung cấp do mạch máu mang đến trước khi có thể phóng điện lần nữa. Mạch máu phân phối máu khắp hệ thần kinh trung ương và để đáp ứng nhu cầu này bằng cách tăng lượng máu cung cấp đến vùng ấy. Vì thế, nếu chúng ta nhận thấy có sự phân phối máu trong khắp vỏ não thì cũng nhận thấy vào thời điểm đó vùng nào trong não đang hoạt động. **Chụp cắt lớp phát xạ positron** (PET) giúp các nhà nghiên cứu và giới y học làm điều này. Chất glucose phóng xạ được đưa vào mạch máu não, được các thụ quan đặt vào da đầu dò tìm. Những thụ quan này thu thập thông tin về sự phân phối máu trong não và phản hồi thông tin về máy vi tính. Máy vi tính phối hợp tất cả thông tin để tạo ra hình ảnh bộ phận nào trong não đang hoạt động vào thời điểm ấy.

Kỹ thuật chụp cắt lớp giúp chúng ta hiểu nhiều hơn về chức năng hoạt động của não "bình thường" nhưng vẫn chưa có hiểu biết toàn diện, đầy đủ điều gì đang diễn ra. Dù sao, giới nghiên cứu đang chầm chậm hình thành một bức tranh bao gồm một số nguyên tắc hoạt động của não và bộ phận nào trong não hoạt động.

Não tiến hóa ra sao

Não người là một cấu trúc vô cùng phức tạp. Mới thoạt nhìn, có vẻ như bao gồm một khối lượng những thứ khác nhau, có vẻ không liên quan nhau theo một trật tự cụ thể. Nhưng chúng ta hiểu nhiều hơn về việc tại sao bộ não giống như thế và có được hình dạng ấy ra sao nếu nghiên cứu sự tiến hóa của não và bộ não ở các động vật khác.

Hình 10.5 Hai hệ thần kinh "nguyên thủy"


Lưới thần kinh
Thang thần kinh

Bộ não, như chúng ta đã biết, là một phần trong hệ thần kinh. Một động vật đơn bào đơn giản như amoeba (amip) không có hệ thần kinh – nó không cần. Nhưng động vật gồm nhiều nhóm tế bào chuyên biệt khác nhau, bao gồm tất cả động vật ngoại trừ amip, đều phải có cách điều phối các bộ phận khác nhau trên cơ thể. Nhu cầu điều phối ấy là nguồn gốc tiến hóa của hệ thần kinh.

Hình thức hệ thần kinh đơn giản nhất tìm thấy ở loài sán lá, chỉ là một hệ thống các nơron xuyên suốt cơ thể. Thế nhưng một số loài sán lá có hệ thống phức tạp hơn một ít, được sắp xếp theo cấu trúc giống hình thang, chạy suốt cơ thể, ở đầu trước có nhiều nơron hơn (Hình 10.5) sự sắp xếp này giống như điều chúng ta nghĩ là dấu báo hiệu tiến hóa trong hệ thần kinh của động vật có vú.

Động vật không xương sống chẳng hạn như côn trùng, thường giữ lại cấu trúc giống bậc thang này nhưng khi động vật có xương sống phát triển, thì số nơron trong hệ thần kinh giống bậc thang tăng lên sau cùng chúng hình thành một **ống thần kinh** đặc, chạy xuống giữa cột sống, với nhiều nhánh tỏa ra phần cơ thể còn lại.

Ống này, hay là **dây sống** bắt đầu phát triển những cấu trúc mở rộng ở đầu trước cơ thể, dần dần phát triển thành bộ não.

Bộ não động vật có xương sống ban đầu có ba phần: **não trước, não giữa** và **não sau.** Nếu nghiên cứu cấu trúc não cơ bản của các chủng loài động vật có xương sống ở xung quanh chúng ta trong một thời gian rất dài, chẳng hạn như cá mập, chúng ta nhận thấy rất dễ phân biệt ba phần này. Não trước phần lớn là "não mũi", có hành khứu giác và não nổi bật – mặc dù không phải là vỏ não, đồi thị để tiếp nhận thông tin nhận cảm từ phần cơ thể còn lại, và vùng dưới đồi để duy trì nội hằng định. Não giữa cá mập phần lớn bao gồm các thùy thị giác, điều chỉnh phản ứng trước các tác nhân kích thích thị giác, phối hợp cơ bắp, và tủy duy trì quá trình sống cần thiết cho cơ thể.

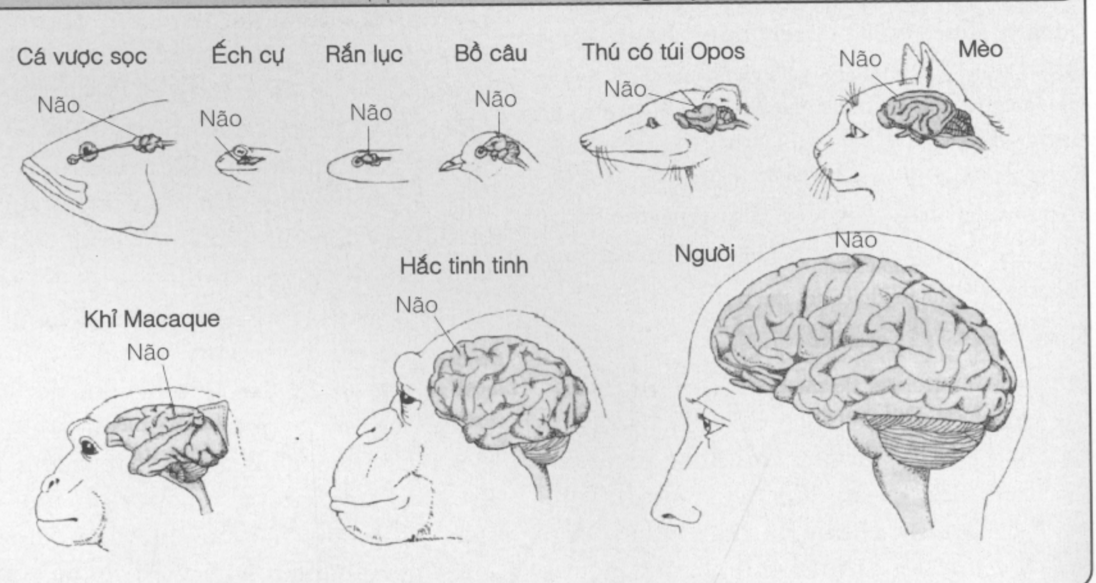
Mặc dù cấu trúc não cơ bản thường không đổi một cách hợp lý, yêu cầu môi trường khác nhau tạo ra sự thích nghi khác nhau. Chẳng hạn hầu hết các loại cá đều dựa vào khả năng đón hóa chất khi dò tìm thức ăn, vì thế có thùy khứu giác lớn. Trái lại, loài chim cần sự phối hợp cơ bắp phức tạp hơn trong các mẫu bay nên có não phát triển cao. Khi động vật có vú phải dựa vào sự tập quen và thích nghi nhiều hơn, dựa vào hệ vận động và nhận cảm phức tạp, chúng phát triển một sự bao phủ phức tạp ở não, gọi là vỏ não, vỏ não này ngày càng lớn và xoắn khi chúng ta lên cao trong thang huyết thống (Hình 10.6).

Ở người, vỏ não là bộ phận lớn nhất và phức tạp nhất trong não, bộ não ở cá heo thậm chí còn lớn hơn. Vì phải mở rộng để bao phủ hầu hết phần còn lại của não nên nó lấn áp các cấu trúc lâu đời hơn nhưng vẫn còn nằm sâu bên trong. Một số nhà nghiên cứu nhận thấy rất hữu ích khi cho rằng não gồm 3 lớp: **nhân trung tâm** "nguyên thuỷ" nằm sâu bên trong nhất gồm đồi thị, não và cuống não, **não cũ** gồm hệ limbic và các cấu trúc liên quan, và một **não mới**, tiểu não. Việc xem vỏ não là **vỏ não mới** cũng là điều thường gặp – một thuật ngữ nhắc chúng ta về sự phát triển tương đối gần đây, nói theo thuyết tiến hóa.

Cấu trúc lớp dưới vỏ não

Nếu nghiên cứu cấu trúc lớp dưới vỏ não người – nghĩa là cấu trúc nằm dưới não, ở người đây là bộ phận lớn nhất trong

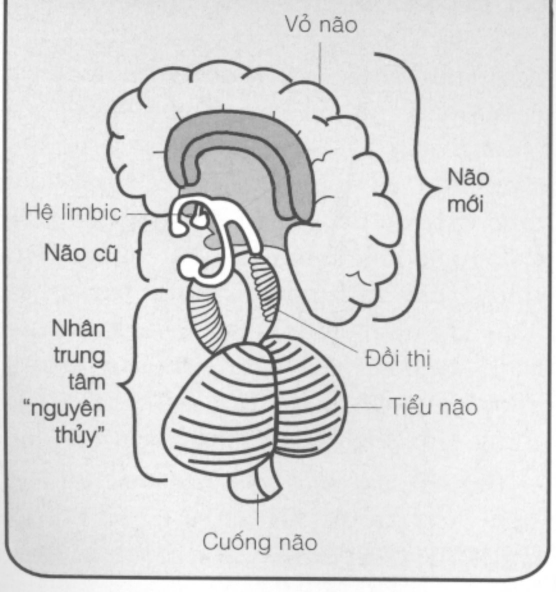
Hình 10.6 Sự phát triển não và thang huyết thống



não, chúng ta nhận thấy có thể lần theo chuỗi sắp xếp phỏng đoán (Hình 10.7). như chúng ta đã biết, hệ thần kinh tiến hóa dần dần từ ống thần kinh đơn giản với hệ thống các sợi thần kinh giống bậc thang cho đến cấu trúc vô cùng phức tạp như ở người và các động vật có vú khác. Khi cơ thể sống phát triển cách nhận biết môi trường bên ngoài, các cấu trúc có thể so sánh phát triển trong não để phối hợp thông tin nhận cảm ấy, và khi cấu trúc sinh lý bên trong phát triển đến mức phức tạp, cấu trúc bộ não ngày càng phức tạp phát triển để giám sát và điều tiết chức năng hoạt động của mình. Khi nghiên cứu não người, thứ tự các cấu trúc được nghĩ là phản ánh lịch sử tiến hóa ấy.

Ở người tương đương với ống thần kinh nguyên thủy là **tủy sống** chạy qua giữa tủy. Tủy sống vẫn còn là ống bao gồm các lớp nơron xung quanh một ống giữa chứa dịch não tủy. Não cũng có nhiều khoảng trống gọi là thất cũng có dịch não tủy. Ngày nay chúng phục vụ những chức năng khác nhau nhưng những vùng được bao bọc này là sự nhắc nhở giải phẫu học rằng bộ não cũng như tủy sống ban đầu phát triển từ ống thần kinh.

Hình 10.7 Sự tiến hóa của não



Tủy sống nhận thông tin từ các thụ cảm ở da và chuyển thông tin đến não, nó cũng chuyển các xung vận động từ não đến cơ bắp, vì thế tạo ra sự cử động thuộc loại này hay loại khác. Nhưng tủy sống cũng phản ứng trực tiếp đối với một số loại kích thích – nhất là những kích thích đau đớn chắc chắn gây thương tổn nếu không có hành động thật nhanh. Kéo tay ra khỏi một bề mặt rất nóng là một ví dụ – phản xạ xảy ra trước khi bạn nhận biết vì đây là hành động hoàn toàn do tủy sống đưa ra. Tránh khỏi kích thích có hại hay đau đớn chắc chắn là một trong những phản ứng đầu tiên trong mọi phản ứng cần phát triển.

Ở phần trên cùng tủy sống, nơi nó nối liền với cuống não, tủy sống dày lên thành một cấu trúc gọi là **tủy.** Bộ phận này của não tạo ra những chức năng cơ thể rất cơ bản, không nhận thức, như hô hấp, tiêu hóa và nhịp tim đập. Đây là những phản ứng cơ bản mang yếu tố cần thiết chỉ kém hơn khả năng tránh được sự việc có thể giết chết bạn và sự việc phản ánh sự tiến hóa bên trong của cơ thể sống khi tiêu hóa không còn trở thành vấn đề hấp thụ trực tiếp nữa mà bắt đầu đòi hỏi hoạt động cơ bắp phối hợp và các chức năng khác cũng phát triển phức tạp.

Phía trên tủy là vùng gọi là giữa não chứa đựng một phần gọi là **hệ thống kích hoạt hình lưới** hay **RAS.** Bộ phận này của não điều phối sự cảnh giác, chú ý, giấc ngủ và đánh thức. Cơ thể sống tiến hóa lúc này có khả năng tránh đau đớn và điều tiết chức năng bên trong, phát triển một hệ thống tinh vi hơn để tối đa hóa lợi ích từ sự tương tác với môi trường bằng cách có khả năng chú ý đến những đặc điểm nổi bật hơn, cũng như phát triển khả năng bước vào tình trạng hồi phục, không hoạt động khi không còn hiểm nguy đe dọa nữa.

Ở phía sau não, tỏa ra từ não giữa là một cấu trúc xoắn chặt, to lớn gọi là **tiểu**

não, tham gia mật thiết vào việc cân bằng và phối hợp cụ thể. trong khi tủy sống và tủy điều khiển cử động tự nguyện vì thế tránh kích thích có hại thì tiểu não đảm bảo rằng hành động cố ý phải trôi chảy, được tổ chức tốt: chức năng có thể quan trọng hơn trong việc phát triển cơ thể sống thông qua hành động hiệu quả hơn trong việc thoát khỏi thú ăn thịt hay thú săn mồi. Khi chính động vật trở thành phức tạp hơn thì môi trường và các động vật khác xung quanh cũng phức tạp như thế.

Phía trên não giữa, ngay dưới đồi thị là một cấu trúc nhỏ kích thước bằng hạt đậu nướng gọi là **vùng dưới đồi**. Cấu trúc này có nhiệm vụ duy trì **nội hằng định** một trạng thái ổn định trong hoạt động chức năng cơ bản của cơ thể. Chẳng hạn, nếu cơ thể quá nóng, thông tin này được chuyển đến vùng dưới đồi sau đó phát ra tín hiệu kích hoạt cơ chế làm mát như ra mồ hôi cho đến khi đạt được tình trạng tối ưu. Nếu cơ thể quá lạnh, vùng dưới đồi kích hoạt sự run rẩy. Điều tiết nhiệt độ, ăn uống là do vùng dưới đồi, phản ánh sự giám sát và chức năng hoạt động của cơ thể ngày càng tinh vi hơn. Đến lượt việc duy trì "tình trạng ổn định" bên trong tạo ra một môi trường, thậm chí có thể phát triển cơ chế bên trong tinh vi hơn.

Ngay giữa não là **đồi thị:** một phần của não hoạt động như trạm tiếp nhận nhận cảm đối với thông tin đến từ các thụ quan cảm giác. Ở con người, thông tin một phần được giải mã ở đồi thị nhưng sau đó cũng được chuyển đến não để tìm hiểu chi tiết. Nhưng chính trong vùng đồi thị các sợi thần kinh mang thông tin từ khớp thần kinh cơ quan cảm giác, cho biết việc giải mã trong đồi thị là kỹ thuật của não nguyên thủy giải quyết thông tin nhận cảm.

Quanh đồi thị, và ngay dưới não là một tập hợp các cấu trúc nhỏ gọi chung là **hệ limbic**. Mặc dù hiểu biết của chúng ta về hệ limbic vẫn còn hạn chế nhưng ít nhất chúng ta cũng biết rằng hệ này bao gồm ba loại chức năng: lưu trữ thông tin mới trong bộ nhớ, trong trò chơi – một phương pháp tập quen kỹ năng quan trọng đối với động vật có vú nhỏ, và trong hoạt động cảm xúc. Hiện nay, chúng ta bắt đầu tìm kiếm những bộ phận này của não kiểm soát các chức năng chỉ có ở động vật có vú – hay ít nhất chức năng đối với động vật có vú tỏ ra quan trọng hơn, với tính linh động hành vi gia tăng hơn các chủng loại khác.

Mặc dù sự liên kết này giữa phát triển tiến hóa và cấu trúc não một phần mang tính suy đoán – chúng ta cũng nên nhìn nhận các nhóm động vật khác, với não "nguyên thủy" hơn, cũng thể hiện sự thích nghi tinh vi trước yêu cầu của môi trường – chúng ta lần theo sự tiến bộ trong chức năng hoạt động của não ở cấu trúc lớp dưới vỏ não. Sự tiến bộ này phản ánh rất chung chung sự phát triển tiến hóa của động vật có vú. Khi chức năng hoạt động bên trong và thích ứng hành vi của chúng trở nên phức tạp hơn thì cấu trúc não động vật có vú cũng phát triển để kiểm soát và phối hợp những chức năng ấy.

Tiến hóa và di truyền học

Như chúng ta đã biết, nhiều cấu trúc não bắt nguồn từ lịch sử tiến hóa. Để hiểu điều này chúng ta nên biết một ít về tiến hóa. Thuyết tiến hóa như chúng ta biết là bắt đầu từ lúc ấn bản quyển *Nguồn gốc các loài* của Darwin năm 1859. Ông cho rằng tính đa dạng khổng lồ của động thực vật trên thế giới là do quá trình phát triển qua nhiều thế hệ, kết quả tạo ra chủng loài thích nghi với môi trường tốt hơn. Những thay đổi này diễn ra qua quá trình thay đổi gien thông thường, chúng được củng cố nếu giúp cá thể sở hữu chúng đối phó với môi trường tốt hơn.

Darwin cho rằng nếu sự khác biệt về gien chứng tỏ có lợi thì sẽ có cơ hội tốt khi cá thể có gien này sẽ mạnh hơn, khỏe hơn cá thể khác. Vì thế cá thể sẽ có khả năng (a) sống sót trong những điều kiện khó khăn và (b) tìm được bạn đời và sinh sản nhiều hơn. Vì thế cá thể sẽ truyền gien có lợi cho con cháu, cả hai cá thể lẫn con cháu chắc chắn tồn tại qua những thời điểm khó khăn nhiều hơn. Dần dần quân số sẽ bao gồm một tỉ lệ cá thể có đặc điểm có lợi nhiều hơn, hiện tượng tự nhiên chẳng hạn như mùa đông khắc nghiệt có nghĩa là cá thể yếu hơn sẽ chết trong khi cá thể mạnh hơn vẫn sống. Sau cùng, nhiều thế hệ sau, mọi thành viên trong quân số cụ thể ấy đều có đặc điểm có lợi.

Thuyết tiến hóa rất phức tạp, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong Chương 22. Nhưng có nhiều khái niệm trong thuyết tiến hóa đặc biệt thích hợp với nghiên cứu não. Một trong số này là khái niệm **tính ấu trùng tồn tại.** Bolk (1926) cho rằng trẻ sơ sinh được sinh non nếu so sánh với giai đoạn phát triển với các loại khỉ khác và động vật có vú khác. Thật hiệu quả, khi sinh ra không phải là một trẻ sơ sinh mà là một bào thai, mặc dù là bào thai rất lớn. Hầu hết động vật sinh ra khi não phát triển thật hoàn hảo, xương bắt đầu cứng cáp. Nhưng những quá trình này vẫn tiếp tục sau khi trẻ sinh ra vài tháng.

Theo Gould (1977), điều này làm cho não người phát triển nhiều hơn mức có thể. Não có thể phát triển không bị hộp sọ đã cứng gò bó. Giai đoạn lệ thuộc kéo dài làm cho trẻ có nhiều thời gian tập quen và tiếp thu thông tin hơn động vật có thể so sánh khác. Ngoài ra, theo Bolk có nhiều sự giống nhau giữa con người và khỉ nhỏ. Chẳng hạn hắc tinh tinh con giống với người nhiều hơn hắc tinh tinh trưởng thành, Bolk cho rằng vượn người để lộ một loại phát triển bị kiềm chế trong giai đoạn còn nhỏ.

Quan niệm cho rằng con người như loại khỉ kém phát triển, bề ngoài không có vẻ quá tâng bốc nhưng lập luận của Bolk ngày càng được nhiều nhà sinh học chấp nhận. Kết quả của tính ấu trùng tồn tại đối với sự phát triển não cũng như khả năng thích nghi rất sâu sắc. Gould (1977) cho rằng những gì làm cho con người khác biệt là khả năng tập quen rất lớn. Ông cho rằng tính ấu trùng tồn tại làm tăng tiềm năng của chúng ta và tiếp tục tập quen trong suốt đời sống.

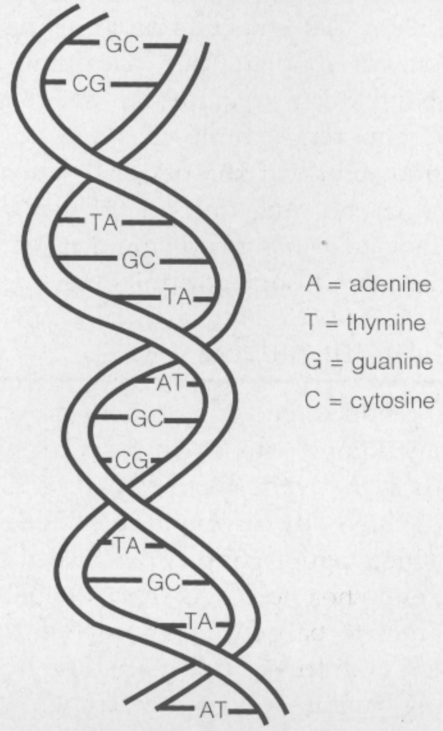
CƠ CHẾ DI TRUYỀN

Tiến hóa dù có bao gồm tính ấu trùng tồn tại hay không vẫn lệ thuộc vào sự di truyền gien. Năm 1866, Gregor Mendel đưa ra thuyết di truyền, là mô hình ngày nay nhiều người chấp nhận mặc dù đã được giới khoa học triển khai. Mendel cho rằng mỗi tế bào cơ thể điều chứa đựng các đơn vị di truyền hay **gien**, định hướng sự tăng trưởng và phát triển trong cơ thể. Nhưng hầu hết các đặc điểm sinh ra từ sự tương tác giữa gien và môi trường. Tập hợp cụ thể các hướng dẫn phát triển chứa đựng trong gien gọi là **kiểu gien.** Động vật, con người hay thực vật đều phát triển trên thực tế là **kiểu hình** – do sự tương tác của kiểu gien với môi trường.

Gene bao gồm các dải ADN mã hóa (deoxyribonucleic acid), sắp xếp trong một cấu trúc giống hình thang hình thành dạng xoắn kép (Hình 10.8). Khi kích hoạt một gien, sẽ phát ra lời hướng dẫn rằng một tế bào cụ thể phải tổng hợp một protein cụ thể ở một thời điểm cụ thể. Kết quả phối hợp của hàng triệu gien hoạt động cùng lúc theo cách phức tạp và có trật tự có nghĩa là quá trình tổng hợp protein này sau cùng dẫn đến sự phát triển và tăng trưởng của một sinh vật sống. "Thiết kế gien" trong chuỗi ADN mã hóa bao gồm mật mã, nếu gặp điều kiện môi trường và tài nguyên thích hợp, sẽ tạo ra cá thể.

Gien được sắp thành từng cặp gọi là **gien tương ứng** và hàng ngàn gien phối hợp thành chuỗi để hình thành các nhiễm

Hình 10.8 Vòng xoắn kép ADN



sắc thể giống như sợi chỉ cũng ghép thành cặp. Trong quá trình sinh sản, các cặp nhiễm sắc thể được tách ra, tạo ra các tế bào chỉ có một nửa số gien theo yêu cầu. Quá trình này được gọi là sự giảm phân. Nhưng tế bào cũng sản sinh bằng cách phân chia tế bào, khi điều này diễn ra, các cặp gien không còn tách biệt nữa. Thay vào đó, tế bào tạo ra một phiên bản hoàn hảo của chính mình bao gồm các cặp gien, được tái tạo qua một quá trình gọi là sự gián phân.

Sự giảm phân

Quá trình **giảm phân** tạo ra tế bào có một nửa số nhiễm sắc thể theo yêu cầu gọi là tế bào đơn bội. Điều này diễn ra khi các bộ phận ADN ở giữa giống như bậc thang tạo ra hai "sợi chỉ" riêng biệt, mỗi sợi đi vào tế bào mới. Hoạt động tình dục thích hợp giữa một thành viên đực và một thành viên cái trong cùng chủng loại tạo ra hai tế bào đơn bội phối hợp, để tạo ra một cơ thể sống mới với bộ gien đầy đủ. Những gien này sẽ bảo đảm rằng cơ thể sống mới phát triển thành cùng chủng loài với bố mẹ nhưng vì một nửa số gien nhận từ cá thể bố và một nửa từ cá thể mẹ nên không thể giống hệt cá thể bố hay mẹ.

Vì động vật mới có được sự phối hợp gien hoàn toàn mới nên có thể hai gien tương ứng sẽ trái ngược nhau. một gien chứa đựng thông tin có lông màu nâu trong khi gien kia chứa đựng thông tin tạo ra lông trắng. Điều này được giải quyết bằng **thể gien trội**: một gien trội hơn gien kia và sẽ quyết định màu lông ở động vật trên thực tế. Gien khác sẽ mang tính lặn: không biểu hiện trong kiểu hình nhưng vẫn còn ở đó và truyền cho một số con cháu. Điều này có nghĩa rằng một đặc điểm gien không mong muốn có thể biểu hiện, thậm chí trong vài thế hệ sau mới biểu hiện. Ngoài ra, quá trình sao chép đôi khi không chính xác hoàn toàn, dẫn đến sự thay đổi ngẫu nhiên gọi là **sự đột biến.**

Biến đổi gien rất quan trọng vì làm cho vạn vật tiến hóa. Sinh sản có nghĩa là mỗi cơ thể sống mới hơi khác nhau vì gien đổi chỗ và tái kết hợp. Điều này tạo ra những phối hợp đặc điểm mới cũng như chọn lọc tự nhiên. Việc tạo ra đột biến cũng là yếu tố quan trọng trong tiến hóa – mặc dù đột biến nghiêm trọng lúc nào cũng mang tính vô sinh, đột biến nhỏ thì không, nếu đột biến tạo cho động vật có lợi thế sống còn thì sau cùng sẽ trở thành chuẩn mực trong quân số của động vật cụ thể ấy.

Một cặp nhiễm sắc thể cụ thể quyết định giới tính ở động vật mới. Con cái có hai nhiễm sắc thể X, con đực có một nhiễm sắc thể X và một nhiễm sắc thể Y, mặc dù đôi lúc sự sao chép không chính xác, một số có mẫu XYY hoặc XXY. Có một vài nỗ lực giản dị thái quá của một số nhà tâm lý học ban đầu liên kết những mẫu khác thường này với hành vi xã hội khác thường – chẳng hạn, liên kết các mẫu XYY với tính tội phạm - nhưng chứng cứ đối với những liên kết này lúc nào cũng cực kỳ mong manh được ngoại suy từ những mẫu cực nhỏ. Có nhiều sự quan tâm về hình thức **kích tố tính dục** do kết quả của sự phối hợp khác thường giữa nhiễm sắc thể X và Y, chúng ta khảo sát điều này trong phần nhận dạng giới tính trong Chương 20.

Những nhiễm sắc thể này được biết là nhiễm sắc thể X và Y, vì mặc dù nhiễm sắc thể X giống với các nhiễm sắc thể về hình dạng, nhiễm sắc thể Y ngắn hơn, không có phần đáy của nhiễm sắc thể X. Do đó, có một số gien nằm trên nhiễm sắc thể X nhưng không có gien tương ứng trên nhiễm sắc thể Y. Điều này dẫn đến **sự rối loạn gien liên kết giới tính,** chẳng hạn như bệnh mù màu, rất hiếm ở phái nữ nhưng rất phổ biến ở phái nam. Rối loạn này là do một gien lỗi ở nhiễm sắc thể X gây ra, ở nữ được cân bằng bằng một nhiễm sắc thể bình thường nằm trên nhiễm sắc thể X khác. Vì gien "có lợi" thường bị các gien lỗi trội hơn nên phụ nữ chỉ bị bệnh mù màu nếu có gien lỗi nằm ở cả hai nhiễm sắc thể X, và chuyện này không thường xảy ra. Nam giới thừa hưởng gien bệnh mù màu không có gien "có lợi" để cân bằng vì thế họ mắc bệnh.

Sự gián phân

Mỗi tế bào trong cơ thể mang một bộ nhiễm sắc thể và gien đầy đủ trong nhân. Khi tế bào phân chia, nhiễm sắc thể co lại cho đến khi chúng giống như sợi chỉ hình chữ X, sau đó tự sao chép mình qua quá trình gọi là **sự gián phân,** hình thành hai tập hợp hoàn toàn mới. Nhân tế bào cũng phân chia thành hai, mỗi nửa có được một tập hợp nhiễm sắc thể hoàn toàn mới giống hệt với nhiễm sắc thể trong tập hợp trước. Sau đó, toàn bộ tế bào phân chia thành hai.

Sự gián phân là một quá trình được sử dụng trong sinh sản vô tính, một chủng loài tự tái tạo bằng cách tự nảy nở hay một số cơ chế khác tạo ra những sao chép chính xác. Đây cũng là quá trình được đưa vào sử dụng trong **sinh sản vô tính.** Bằng cách làm cho tế bào nhân lên thông qua việc tạo ra điều kiện môi trường phù hợp (không phải là việc làm đơn giản) các nhà khoa học có thể sinh sản vô tính động vật có vú chẳng hạn như cừu Dolly nổi tiếng cũng như nhiều loại thực vật. Sự ra đời của Dolly tạo ra rất nhiều tranh luận về đạo đức học trong sinh sản vô tính và nỗ lực điều tiết nghiên cứu gien. Quan niệm được nhiều người chấp nhận là việc sinh sản vô tính ở con người là việc làm hoàn toàn vô đạo đức mặc dù nhiều người cho rằng điều này chỉ còn là vấn đề thời gian mà thôi.

Dĩ nhiên có nhiều ứng dụng thương mại trong sinh sản vô tính, phần lớn trong nông nghiệp. Chẳng hạn, quả Kiwi, tất cả đều được sinh sản vô tính, là lý do giải thích tại sao chúng lại giống nhau về hình dạng và ngoại quan đến thế. Mặc dù vấn đề là quả hay rau quả đều dễ bị bệnh làm thương tổn, vì bệnh rất dễ bùng phát. Khi mỗi thành viên trong chủng loài hơi khác biệt sẽ làm tăng xác suất rằng một số sẽ có đặc điểm giúp tồn tại trong những thời điểm khó khăn, nhưng sinh sản vô tính giống hệt nhau về gien, và thường được nuôi trồng trong những điều kiện giống hệt nhau, vì thế mỗi sinh vật vô tính đều rất nhạy cảm như nhau.

Kỹ thuật gien là một phát triển khác gần đây gây rất nhiều tranh cãi về đạo đức và sinh thái học. Trong kỹ thuật gien, các dải ADN cực nhỏ được cất khỏi cơ thể sống rồi ghép với ADN của một cơ thể sống khác. Khi tế bào sinh sản thông qua sự gián phân, thì chuỗi ADN mới cũng được tái tạo. Kỹ thuật áp dụng để tạo ra rau quả, mà các nhà bán lẻ cho rằng chúng có phẩm chất "thích hợp" (mặc dù giới đầu bếp cũng lên tiếng phản đối vì phẩm chất thích hợp thường có nghĩa là màu sắc bắt mắt hơn là khẩu vị). Kỹ thuật áp dụng để nuôi cấy vi khuẩn hay con giống tạo ra những protein đặc biệt cần thiết trong điều trị y tế, cũng như luôn có những cách sử dụng mới.

Dự án bộ gien người là một công việc nghiên cứu khổng lồ nhằm mục đích phác họa toàn bộ bộ gien người – nhận dạng và phân loại hàng triệu gien tham gia vào tính di truyền ở người. Nó chứng tỏ có giá trị về mặt y học chẳng hạn trong việc nhận dạng các nguồn bệnh di truyền như xơ hóa bàng quang, và đôi lúc mang lại cách điều trị y tế tốt hơn. dự án rất phức tạp vì lượng thông tin về một nhiễm sắc thể phải cần đến hàng ngàn quyển sách mới mô tả hết.

Mặc dù theo nghĩa tâm lý học, có một số hoài nghi về loại hiểu biết thu thập được từ dự án bộ gien người hữu dụng đến mức nào. Một số nhà tâm lý học lo ngại rằng sự chú ý cực độ vào di truyền có thể làm cho giới y học không nhận thấy tầm quan trọng của ảnh hưởng môi trường và tâm lý đối với bệnh cơ thể lẫn rối loạn tâm thần. Điều quan trọng cần nhớ là gien tương tác với môi trường: không có chuyện ảnh hưởng di truyền không xảy ra trong tương tác ấy, do đó cùng một ảnh hưởng di truyền có những biểu thị rất khác nhau trong những tình huống khác nhau.

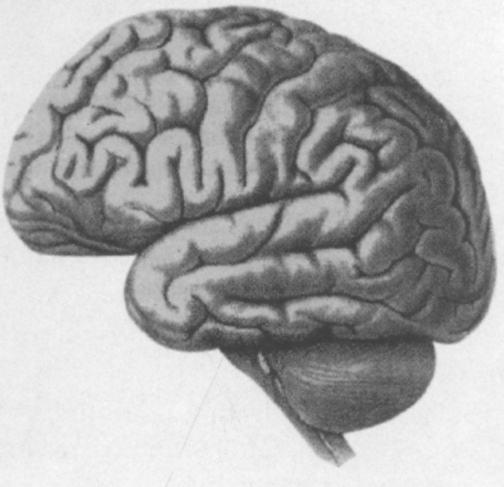
TÂM LÝ HỌC THẦN KINH LÂM SÀNG

Hệ thần kinh người là một trong nhiều kết quả của quá trình phát triển từ di sản di truyền – và tác nhân chính, cũng là cơ quan quan trọng nhất, là bộ não. Não người cực kỳ phức tạp, có rất nhiều chức năng. Phần còn lại của chương này, chúng ta xét đến cách nghiên cứu chức năng hoạt động của não của các nhà tâm lý học. Mặc dù bạn có thể hình dung nghiên cứu hoạt động của não nói chung rất phức tạp, tinh tế, chúng ta không thấy não hoạt động trực tiếp, không thể tách rời rồi sau đó đặt lại chỗ cũ hay ít nhất nếu không nói là não đã chết. Mặc dù não chết cho chúng ta biết nhiều về cấu trúc nhưng chúng ta không biết nhiều về chức năng hoạt động.

Thật ra, hầu hết hiểu biết của chúng ta về hoạt động của não phát xuất từ lĩnh vực tâm lý học gọi là **tâm lý học thần kinh lâm sàng.** Các nhà tâm lý học thần kinh lâm sàng trong thế kỷ 18 và đầu thế kỷ 19 quả quyết rằng "khả năng" suy nghĩ có thể dò tìm ở những vùng có vị trí cụ thể trong não, có thể phát hiện vì các vùng phát triển cao làm cho hộp sọ nhô ra (xem Chương 7). Hiển nhiên, không có chứng cứ khoa học vững chắc nào ủng hộ loại ý kiến này: mặc dù có lúc rất thịnh hành, nhưng não tướng học chỉ là một tập hợp các chuyện hoang đường về văn hóa. Nhưng quan niệm cho rằng chức năng suy nghĩ cụ thể nằm ở các vùng não cụ thể, còn gọi là **định vị chức năng** là một quan điểm kéo dài rất lâu.

Chúng ta biết được nhiều về cấu trúc vật lý của não từ nghiên cứu giải phẫu học. Hình 10.9 là hình não người, cho thấy phần não còn lại hầu như được **não** bao phủ hoàn toàn – một cấu trúc lớn, gấp nếp, chia thành hai nửa xuống phần giữa có những rãnh và vết nứt. Hai nửa thường gọi là **bán cầu não** – còn gọi là vỏ

Hình 10.9 Não người

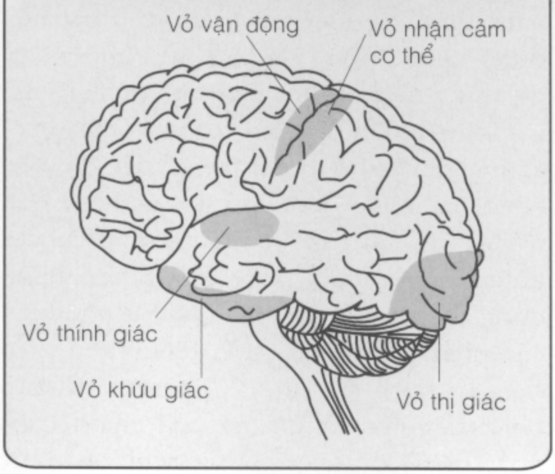


não – đảm nhận chức năng suy nghĩ "cấp cao" – nhận thức, tập quen, nhớ, v.v... Vì hầu hết mọi người đều quan tâm đến loại chức năng này nên các nhà tâm lý học thường gọi chung là "não" nhưng thực ra họ muốn nói "vỏ não".

Một số phần trong vỏ chứng tỏ có những chức năng rất cụ thể. Qua nhiều năm, các nhà nghiên cứu não thu thập thông tin từ nghiên cứu phẫu thuật và tai nạn, điều này sau cùng giúp họ nhận dạng nhiều **vùng chiếu nhận cảm** trên vỏ não. Nếu những vùng này bị thương tổn, cá nhân sẽ bị rối loạn cảm giác cụ thể đi kèm với vùng ấy. Các vùng chiếu nhận cảm chính được biểu hiện trong Hình 10.10, cùng với bốn thùy quan trọng của bán cầu não.

Ngay phía sau của não, trong vùng thùy chẩm có một vùng gọi là **vỏ vân.** Đây là vùng thị giác: tiếp nhận thông tin từ võng mạc, liên quan đến nhận thức thông tin thị giác. Ở phía bên, ngay phía trên thùy thái dương là **vỏ thính giác** giúp chúng ta nhận biết âm thanh, phía dưới thùy thái dương là **dải khứu giác** liên quan đến khứu giác và vị giác. Ở một số động vật lệ thuộc nhiều vào khứu giác, vùng này kéo dài thành hình củ hành lớn, nhưng khứu giác không phải là khả năng phán đoán chính của chúng ta – chúng ta chỉ dựa vào thị giác và thính giác – vì thế ở người, vùng này không nhận được nhiều tài nguyên của não.

Hình 10.10 Các vùng chiếu nhận cảm ở não



Phía trên bán cầu não có một rãnh lớn gọi là **cuộn trung tâm** phân định ranh giới giữa thùy trán và thùy đỉnh. Vùng nằm ở mép thùy trán là **vỏ vận động** liên quan đến sự cử động có ý thức của cơ thể. Vùng song song trên thùy đỉnh là **vỏ nhận cảm cơ thể** liên quan đến nhận thức tiếp xúc. Những bộ phận khác nhau của những vùng này tương ứng với các bộ phận khác nhau trên cơ thể, vùng nào hoạt động hay nhạy cảm nhiều hơn sẽ có phần vỏ não tương ứng nhiều hơn.

Óc không phải là toàn bộ bộ não. Ngoài óc ra còn nhiều cấu trúc não khác, hầu hết nằm ẩn bên dưới óc. Bảng 10.2 liệt kê một số cấu trúc này, cũng như biểu thị chức năng của mỗi cấu trúc. Mặc dù việc liệt kê chức năng cung cấp một bức tranh giản dị thái quá về những gì đang diễn ra trên thực tế. Thực ra như các nhà thần kinh học và tâm lý học thần kinh chứng minh có nhiều bộ phận khác nhau trong não tương tác, làm cho hệ thống hoạt động giúp cơ thể và não cùng hoạt động chức năng thích hợp. Chúng ta sẽ hiểu rõ hơn nếu khảo sát một số chức năng hoạt động cụ thể của não qua nghiên cứu của các nhà tâm lý học.

CHỨC NĂNG TINH THẦN CHUNG

Một trong những trường hợp nổi tiếng nhất trong tâm lý học thần kinh lâm sàng là trường hợp đáng chú ý của Phineas Gage. Gage là một công nhân đường sắt đã bị thanh sắt va vào thùy trán trong não. Tai nạn xảy ra vào năm 1848, nhưng Phineas Gage sống thêm được nhiều năm nữa, kiếm sống bằng cách đem mình đi triển lãm, cùng với thanh sắt va vào đầu. Mặc dù thùy trán trái của anh ta hầu như đã bị cắt bỏ hoàn toàn nhưng hoạt động chức năng vẫn rất hiệu quả. Macmillan (1996) mô tả những báo cáo đương thời

Hình 10.2 Chức năng của hệ thần kinh trung ương

Não trước	
Não	Suy nghĩ, hoạch định, nhận thức, nhớ
Đồi thị	Xử lý và chuyển tiếp nhận cảm
Vùng dưới đồi	Duy trì nội hằng định
Tuyến yên	Điều phối hoạt động nội tiết và chức năng hoạt động của não
Hệ limbic	Bốn chức năng cử động, xúc cảm
Não giữa	
Mảnh lưng	Sợi thị giác và thính giác
Màng trong	Sợi vận động nhận cảm
Não sau	
Não	Điều phối cử động, học tập kỹ năng, kể cả tốc độ ngôn ngữ và nhận thức
Hình dạng phức tạp	Chú ý, đánh thức, cử động, ngủ
Cầu	Giấc ngủ, giấc mơ, chú ý
Tủy	Các chức năng hô hấp, nhịp tim đập, tiêu hóa, tự chủ
Tủy sống	
Chất trắng	Sợi thần kinh nhận cảm cơ thể
Chất xám	Phản ứng trước sự đau đớn, phản xạ của tủy sống

cho rằng anh ta thể hiện tính bốc đồng và gây hấn nhiều hơn trước kia. Nói chung ngoài những khác biệt dễ nhận thấy này về nhân cách (một phần có thể là do tai nạn và hậu quả hơn là tổn thương não) và một số kết quả khác không quan trọng, Gage chứng minh qua chấn thương chỉ gây ra một vài khiếm khuyết không đáng kể.

Mở thùy và cắt thùy trước trán

Những kết quả này dẫn đến gợi ý cho rằng thùy trán rất quan trọng trong việc kiểm soát nhân cách và tính bốc đồng. Năm 1936, Moniz giới thiệu việc mở thùy trán như một phẫu thuật điều trị bệnh nhân tâm thần phân liệt. **Mở thùy trán** là phẫu thuật cắt bỏ thùy trán trong não. Sau khi chứng minh loài hắc tinh tinh trải qua phẫu thuật này trở thành dễ bảo, ngoan ngoãn hơn, Moniz cho rằng thùy trán là nguồn gây hấn và hành vi vô trách nhiệm đối với xã hội, việc cắt bỏ sẽ làm cho bệnh nhân tâm thần dễ bảo hơn, và điều trị những triệu chứng bất thường của một số loại bệnh tâm thần phân liệt.

Một phẫu thuật kém quyết liệt ngay sau đó thay thế kỹ thuật mở thùy trán khi các bác sĩ phẫu thuật thần kinh nhận ra rằng không cần phải cắt bỏ thùy trán hoàn toàn. Thay vào đó, chỉ cắt những liên kết thần kinh chính giữa thùy trán và phần còn lại của não, điều này cũng mang đến kết quả tương tự. Phẫu thuật này gọi là **cắt thùy trước trán** nhanh chóng thịnh hành như một biện pháp kiểm soát bệnh nhân tâm thần mãnh liệt hay hành vi cực kỳ rối loạn mặc dù ít có lời giải thích tại sao có kết quả này.

Blundell (1975) báo cáo rằng hơn 6000 ca mở thùy trán tiến hành ở bệnh nhân tâm thần phân liệt từ năm 1936 đến 1946, và hơn 20.000 ca cắt thùy trước trán vào năm 1951. Nhưng những phẫu thuật này được thực hiện với ít hay không có nghiên cứu theo dõi bệnh nhân sau này, mặc dù thiếu chứng cứ cho thấy nói chung chúng hiệu quả trong việc điều trị bệnh (dĩ nhiên mặc dù tỏ ra hiệu quả trong việc làm bệnh nhân trầm tĩnh vì nhiều người hầu như không thể hành động cho chính bản thân họ). Sự phổ biến của phẫu thuật cho thấy thiếu vắng cách điều trị thích hợp đối với bệnh tâm thần phân liệt hơn là giá trị của chính cuộc phẫu thuật khi được chứng minh qua thực tế rằng phẫu thuật rất ít được áp dụng khi người ta phát triển cách điều trị bệnh tâm thần phân liệt bằng hóa học (xem Chương 8).

TẬP QUEN VÀ TRÍ NHỚ

Quan niệm cho rằng các khía cạnh phức tạp trong chức năng hoạt động tâm lý như nhân cách hay tập quen có thể định vị ở một bộ phận não cụ thể bị một loạt nghiên cứu do Lashley (1929) tiến hành, không thừa nhận. Lashley thực hiện một loạt thương tổn trên vỏ não chuột thí nghiệm và làm những bộ phận này tương quan với hoạt động của chuột trong trắc nghiệm tập quen mê trận. Ông tập cho chuột chạy vào một mê trận cụ thể, làm hỏng 15% não chuột rồi thả chuột vào mê trận lần nữa. Sau đó ông làm hỏng tiếp 15% não, đưa chuột vào mê trận để xem chuột có còn nhớ mê trận hay không, và cứ thế. Lashley đã tìm được chứng cứ "dấu ghi nhớ sâu" – dấu sinh lý được cho là trí nhớ cụ thể khắc ghi trong não (xem Chương 3). Ông nghĩ mình sẽ phát hiện những mẫu tập quen cụ thể, như cách giải quyết tình huống khó xử cụ thể, sẽ được định vị trong một bộ phận não cụ thể. Nhưng thực tế ông phát hiện điều hoàn toàn khác.

Kết quả của nhiều nghiên cứu Lashley tiến hành, ông kết luận không có vùng nào cụ thể trên vỏ não đảm trách việc tập quen nhiều hơn bất kỳ vùng khác: mỗi vùng đều quan trọng như nhau. Điều này ông gọi là **luật tính ngang bằng** – tất cả các vùng trên vỏ não đều có khả năng lưu giữ tập quen như nhau. Nhưng Lashley cũng phát hiện rằng tập quen bị ảnh hưởng khi não bị tổn thương – không phải ở các vùng cụ thể mà theo nghĩa phần vỏ não bị cắt bỏ nhiều hay ít. Có vẻ rằng vỏ não hoạt động như một tổng thể, tạo ra khả năng tập quen và nhớ lại. Lashley gọi đây là **luật tác động số lượng**.

Từ nghiên cứu của Lashley và của các nhà nghiên cứu khác, người ta kết luận rằng phần lớn vỏ não phục vụ một chức năng chung, liên kết nhiều mẫu thông tin khác nhau và chứa đựng sự kết hợp khái quát hóa mà chúng ta gọi là tập quen. Vì lý do này, còn gọi là **vỏ liên hợp.** Mặc dù gần đây hơn, và có sự ra đời của kỹ thuật chụp não cắt lớp, các nhà nghiên cứu phát hiện rằng phần lớn những gì ban đầu có vẻ là vỏ não không chuyên môn hóa thực ra lại có chức năng hoạt động rất cụ thể.

Mất trí nhớ

Mặc dù Lashley chứng minh rằng trí nhớ không có quan hệ theo kiểu một đối một với các vùng trên vỏ não nhưng rõ ràng tổn thương não đôi lúc làm trí nhớ rối loạn. Rối loạn trí nhớ gọi là **mất trí nhớ,** là một thuật ngữ chung ám chỉ sự hỏng hóc của một số bộ phận trong hệ thống nhớ. Có nhiều cách giải thích mất trí nhớ khác nhau, từ tổn thương não và chấn thương đầu cho đến quá trình lão hóa. Chúng ta khảo sát một số giải thích này trong Chương 3 – nhất là mất trí nhớ hậu chấn thương, do chấn thương ở đầu gây ra.

Một loại mất trí khác được các nhà tâm lý học nghiên cứu rất nhiều gọi là **mất trí nhớ tiền hành** hay đôi lúc gọi là **mất trí nhớ nghịch hành**. Một trong những trường hợp nổi tiếng nhất là bệnh nhân tên H.M., do Milner nghiên cứu năm 1966 và sau đó là nghiên cứu của nhiều nhà tâm lý học khác. Trong phẫu thuật não H.M. bị thương tổn ở hai bên vùng cá ngựa – một cấu trúc hình thành một bộ phận trong hệ limbic của não. Mặc dù bệnh nhân không biểu hiện sự khiếm khuyết trong trí nhớ ngắn hạn hay trong trí nhớ quá trình, liên quan đến kỹ năng như sử dụng ngôn ngữ hay hành động phối hợp, nhưng người ta nhận thấy H.M. nói chung không thể lưu trữ trí nhớ mới. Phát hiện cho thấy có nhiều hình thức mất trí nhớ khác nhau dẫn đến việc đánh giá lại nhiều giả định lưu trữ trí nhớ (xem Chương 3).

Ngụ ý tâm lý học thần kinh là vùng cá ngựa trực tiếp liên quan đến lưu trữ trí nhớ, nhưng không liên quan đến việc phục hồi trí nhớ - H.M. không gặp khó khăn khi nhớ lại thông tin anh biết được trước khi tai nạn. Như một trong những trường hợp được nghiên cứu nhiều nhất trong tâm lý học thần kinh lâm sàng, H.M. đóng góp rất nhiều vào hiểu biết lý thuyết trí nhớ của chúng ta cũng như kiến thức của chúng ta về tâm lý học thần kinh. Parkin (1996) cho rằng điều này một phần là do loại mất trí nhớ cụ thể mà H.M. trải qua quá đặc trưng và quá "thuần túy", và một phần là do không giống nhiều bệnh nhân khác thuộc loại này, các nhà tâm lý học thần kinh biết chính xác chấn thương não là gì và khi nào nó diễn ra.

Điều trị tâm thần còn gọi là **liệu pháp sốc điện (ECT)** cũng tạo ra một loại mất trí nhớ. ECT là đưa dòng điện qua bộ não trong thời gian ngắn tạo ra cơn co giật giống như động kinh. Loại mất trí nhớ tiếp theo sau ECT mang tính tác động ngược đối với các biến cố trực tiếp – những gì xảy ra ngay trước khi áp dụng ECT đều bị quên hết – tạo ra chứng mất trí nhớ chung chung hơn, sau khi điều trị một thời gian. Tuy nhiên hầu hết cho rằng ECT trong dài hạn vẫn không ảnh hưởng gì đến trí nhớ.

Cũng có khuynh hướng ECT gây ra một số loại mất trí nhớ tiền hành, bệnh nhân thường gặp khó khăn trong việc tiếp thu thông tin mới sau khi điều trị một thời gian. Williams (1968) nhận thấy mất trí nhớ tiền hành này có thể giảm bớt bằng tính quen thuộc. Nếu trước đây cá nhân đã được cho xem các khoản trắc nghiệm thì họ có khả năng phát hiện ra chúng trong trắc nghiệm tiến hành sau khi điều trị ECT cho dù họ không có ý thức nhớ lại trước đây mình đã thấy các khoản ấy. Một gợi ý cho rằng ECT làm cản trở việc phục hồi thông tin hơn là tập quen và củng cố thông tin.

Mặc dù khó nói chính xác ECT ảnh hưởng đến trí nhớ ra sao vì nó luôn đi kèm với hóa liệu pháp. Bệnh nhân trước khi điều trị bằng ECT đều được uống thuốc an thần và thuốc giãn cơ như một thông lệ (cần thiết) trong điều trị, có thể chính những thuốc này khiến trí nhớ bệnh nhân bị rối loạn. Vì thế chúng ta không thể bảo liệu những thay đổi trong trí nhớ có phải là kết quả trực tiếp của ECT hay không hay liệu đó là tác dụng phụ của hóa liệu pháp hay do một số tương tác của cả hai.

Loạn trí nhớ

Trí nhớ không thể mất đi hoàn toàn do chấn thương đầu hay tổn thương não. Trí nhớ chỉ bị rối loạn: một tình trạng gọi là **loạn trí nhớ.** Loại mất trí nhớ này đôi lúc là do các loại bệnh ở hệ thần kinh trung ương gây ra bệnh lão hóa sớm, chẳng hạn như bệnh Alzheimer hay liệt nhẹ Huntington. Đây có vẻ là phiên bản quá phóng đại cho rằng trí nhớ ở con người thông thường thích nghi với mong đợi và giả định như chúng ta đã thấy trong Chương 3.

Tuy nhiên cũng như đối với nhân cách, chúng ta cần nhớ rằng nhận thức ảnh hưởng đến trí nhớ có thể do những mong đợi xã hội cũng như chính chấn thương tác động. Người ta nghĩ rằng người bị chấn thương não phải có biểu hiện một số hậu quả, và chính họ hay những người quanh họ hoàn toàn có khả năng quy kết thậm chí những lầm lẫn trí nhớ thường ngày mà hầu hết mọi người bị tai nạn đều gặp. Williams (1969) chứng minh rằng ở người bình thường, khả năng mô tả những sự kiện chi tiết dẫn đến một sự kiện cụ thể hoàn toàn lệ thuộc vào những gì diễn ra sau này, vì thế việc không xét điều này chính xác như một dấu hiệu tổn thương não là một nghi vấn. Thật dễ nhầm lẫn sự quên bình thường hàng ngày với triệu chứng chấn thương sinh lý.

Một số nghiên cứu hoạt động của não liên quan đến nhiều loại trí nhớ khác nhau. Chẳng hạn, Wood *và người khác* (1980) sử dụng cách đo lượng máu trong não – lượng máu đến các bộ phận khác nhau trong não – để so sánh trí nhớ tình tiết và trí nhớ ngữ nghĩa (xem Chương 3). Công việc trí nhớ tình tiết bao gồm người tham gia lúc đầu nghe một bảng liệt kê từ, sau đó nếu nghe được từ có trong bảng liệt kê ấy lần nữa họ sẽ đưa ngón tay lên. Công việc ngữ nghĩa yêu cầu người tham gia đưa ngón tay lên khi nghe từ miêu tả một đồ vật cụ thể. Các nhà nghiên cứu nhận thấy có những mẫu lượng máu rất khác nhau trong bán cầu trái do những hoạt động khác nhau.

CƠ CHẾ NGÔN NGỮ TRONG NÃO

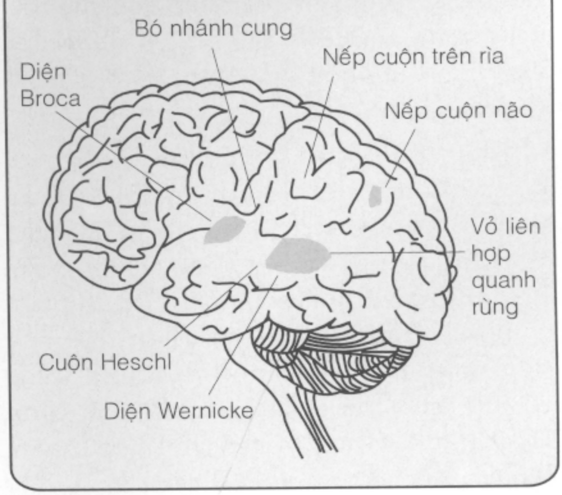
Một trong những vấn đề đầu tiên trong tâm lý học thần kinh lâm sàng là liệu chức năng tâm lý cụ thể có được định vị trong các bộ phận não cụ thể hay không. Chứng cứ thực nghiệm đầu tiên cho thấy một số chức năng hoạt động cấp cao của não được định vị – tìm thấy trong một vùng não cụ thể – theo báo cáo của Broca năm 1861. Ông nghiên cứu một bệnh nhân nhập viện với chứng rối loạn ngôn ngữ nghiêm trọng, sau đó thì chết. Khi nghiên cứu tử thi, Broca nhận thấy vùng phía dưới thùy trán trái bị thương tổn, nhưng phần não còn lại ít có chứng cứ thương tổn. Thương tổn cụ thể này được phản ánh qua khiếm khuyết ngôn ngữ cụ thể. Mặc dù bệnh nhân khó khăn khi nói, một tình trạng gọi là **chứng mất ngôn ngữ vận động,** bệnh nhân không hề khó khăn khi nghe người khác nói. Broca kết luận rằng vùng não này phải có nhiệm vụ ngôn ngữ cụ thể phát biểu từ ngữ thành hệ thống.

Vùng não mà Broca nhận dạng gọi là **diện Broca**. Tiếp theo công trình của ông là một báo cáo về loại rối loạn ngôn ngữ khác có vẻ là do tổn thương cụ thể ở một vùng não khác. Wernicke (1874) mô tả triệu chứng trong đó bệnh nhân không hiểu điều người khác nói mặc dù họ nói rất lưu loát. Nghiên cứu não ở tử thi những người này một lần nữa cho thấy thương tổn được định vị, nhưng lần này ở vùng cụ thể nằm phía trên thùy thái dương. Vùng này gọi là **diện Wernicke.**

Việc nghiên cứu tâm lý học thần kinh lâm sàng vẫn được tiếp tục, thì phát hiện vùng định vị cụ thể khác trong não liên quan đến ngôn ngữ. Vùng này gọi là **nếp cuộn não (hồi não)** nằm trong thùy đỉnh cách vỏ thị giác không xa (Hình 10.11). Vùng thứ tư cách nếp cuộn não không xa cũng có vẻ liên kết với việc đọc. Đây là **nếp cuộn trên rìa**, nằm ngay phía trên khe nứt bên.

Cả hai vùng này có vẻ trực tiếp liên quan đến quá trình đọc: nếp cuộn não tiếp nhận thông tin về ngôn ngữ viết từ vỏ thị giác, có vẻ cũng để hiểu ngôn ngữ nói. Người bị chấn thương não đôi lúc rất khó đọc, gọi là **chứng đọc khó mắc phải.** Có thể là do tổn thương ở diện Broca hay Wernicke, nhưng đôi lúc cũng xảy ra khi không có sự giảm sút nào trong ngôn ngữ nói. Nếu như thế, nó thường đi kèm với thương tổn ở nếp cuộn não hay nếp cuộn

Hình 10.11 Các vùng ngôn ngữ trên vỏ não



trên rìa. Đôi khi thương tổn ở những vùng này tạo ra những rối loạn viết cụ thể, nhưng không phải rối loạn ở các chức năng ngôn ngữ khác – một rối loạn gọi là **chứng mất viết.** Có vẻ nó cùng đi kèm với thương tổn ở nếp cuộn não và nếp cuộn trên rìa.

Thật thú vị, nếu chính những vùng này không bị tổn thương, nhưng thay vào đó bị gián đoạn với vỏ thị giác thì bệnh nhân gặp phải hội chứng gọi là **chứng mù đọc.** Hội chứng này có nghĩa rằng mặc dù họ vẫn còn viết được và có thể hiểu ngôn ngữ nói thật hoàn hảo nhưng khi đọc họ không còn biết ý nghĩa nữa.

Vị trí và chức năng

Cũng đáng lưu ý rằng vị trí của những vùng rất cụ thể này trong não dường như phản ánh chức năng hoạt động của chúng. Vùng Broca – vùng có vẻ liên quan đến việc sắp xếp ngôn ngữ và phát biểu từ hệ thống – nằm gần vỏ vận động, như trong Hình 10.11. vì vỏ vận động là một bộ phận của não có vẻ điều khiển cử động cơ thể, sự sắp xếp này cũng mang ý nghĩa chức năng.

Vùng Wernicke – vùng liên quan đến việc hiểu ngôn ngữ – nằm gần vỏ thính giác, dĩ nhiên cũng là một bộ phận của não đầu tiên tiếp nhận ngôn ngữ nói. Một bộ phận khác trong não, **vỏ liên tưởng quanh rừng** nằm ngay sát với vùng Wernicke cũng liên quan đến việc lĩnh hội ngôn ngữ. Và cuộn gốc – liên quan đến việc đọc – là vùng ngôn ngữ nằm gần với vỏ thị giác nhất.

Khi nghiên cứu chức năng ngôn ngữ của não đang tiếp tục thì người ta nhận thấy các vùng khác cũng tham gia quá trình ngôn ngữ. Beaumont (1988) phân loại những vùng này thành 4 thành phần chính. Thứ nhất là thành phần đầu tiên tiếp nhận ngôn ngữ nói, ở đây là vùng cụ thể của vỏ thính giác gọi là **cuộn Heschl**, là vùng trong não tiếp nhận, hiểu ngôn ngữ nói – nói cách khác đây là nơi đầu tiên tiếp nhận và giải thích thông tin.

Thành phần thứ hai trong hệ thống xử lý ngôn ngữ theo Beaumont là một nhóm cấu trúc tất cả đều hoàn toàn nằm gần nhau, được gọi chung là **các trung tâm ngôn ngữ sau** – nói cách khác, các vùng ngôn ngữ nằm ở phía sau não, bao gồm vùng Wernicke và vỏ liên hợp quanh rừng, nếp cuộn não và nếp cuộn trên rìa.

Vùng Broca hình thành thành phần thứ ba, đôi khi gọi là **trung tâm ngôn ngữ trước** – nói cách khác, trung tâm ngôn ngữ nằm hướng về phía trước não. Và thành phần thứ tư gồm một nhóm gồm nhiều sợi thần kinh gọi là **bó nhánh cung** với chức năng chính dường như liên kết các trung tâm ngôn ngữ chính với nhau.

Hoạt động của những trung tâm ngôn ngữ này có thể hình dung bằng cách nghĩ những gì đang diễn ra nếu bạn đang đọc lá thư mới nhận. Một người bạn hỏi: "thư của ai?", bạn đáp "thư của Jane", bạn đọc nhanh lá thư. "Bạn ấy đang dọn nhà". Ví dụ này cho chúng ta biết mỗi vùng trong số này đều tham gia hoạt động chức năng bình thường. Thứ nhất là nghe câu hỏi của người bạn. Thông tin ở đây chuyển từ tai đến cuộn Heschl, sau đó đến vùng Wernicke rồi kế đến là vỏ liên hợp quanh vùng, sao cho bạn có thể hiểu được lời người bạn nói.

Khi đọc thư, thông tin thị giác từ trang giấy đi vào vỏ thị giác sau đó đến nếp cuộn não và nếp cuộn trên rìa để hiểu như ngôn ngữ (trái với các mẫu và hình dạng thị giác). Sau đó thông tin đi vào vùng Wernicke để tìm hiểu ý nghĩa. Từ đó thông tin sẽ đi đến vùng Broca thông qua bó nhánh cung. Ở vùng Broca bạn sẽ phát biểu sắp xếp ngôn ngữ và từ ngữ thành hệ thống diễn đạt điều bạn muốn nói, sau đó đi tiếp đến vỏ vận động điều khiển cử động cơ bắp của môi, lưỡi và thanh quản. Vì thế mỗi vùng ngôn ngữ đều tiếp nhận thông tin từ các vùng vỏ não khác nhau, hay gởi thông tin đến đó.

Nghiên cứu chức năng ngôn ngữ

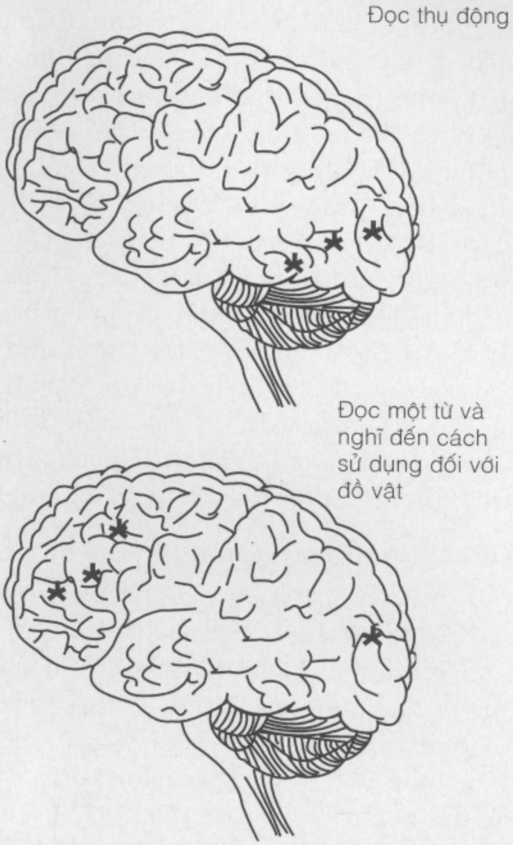
Các vùng ngôn ngữ chính trong não được nhận dạng chủ yếu từ hai nguồn: thứ nhất, từ kinh nghiệm của người bị chấn thương não cụ thể, thường do tai nạn hay bệnh như u não, và thứ hai từ nghiên cứu giải phẫu học cho thấy các sợi thần kinh nối kết với các vùng khác ra sao. Tuy nhiên từ khi có kỹ thuật chụp cắt lớp, đã giúp chúng ta nghiên cứu các vùng trong não khi chúng đang hoạt động, cũng như giúp chúng ta hiểu biết về những vùng này.

Wallesch *và người khác* (1983) cho thấy rằng khi đọc một câu chuyện in trên báo chẳng hạn sẽ làm cho lượng máu đến phần não trái tăng lên đáng kể khi so sánh với bộ não trong lúc nghỉ ngơi. Trong khi người khác đang nói, Wallesch *và người khác* nhận thấy lượng máu đến vùng Broca và vỏ vận động tăng lên cũng như ở đồi thị trái và hạch đáy não nằm sâu ở giữa não – nói cách khác hoàn toàn có nhiều cấu trúc não khác nhau có vẻ có liên quan khi chúng ta đang nói.

Posner *và người khác* (1988) sử dụng chụp cắt lớp PET để tìm hiểu điều gì đang diễn ra trong não khi con người tiến hành các hoạt động nhận thức khác nhau. họ bắt đầu bằng việc yêu cầu người tham gia nghiên cứu chăm chú nhìn vào một phiếu trắng, và ghi lại hoạt động não. Sau đó yêu cầu người tham gia tiến hành hoạt động nhận thức cụ thể, và so sánh hoạt động não của họ với ghi chép trên phiếu trắng.

Một phát hiện thú vị hơn là việc đọc như một hoạt động nhận thức không liên quan đến vùng ngôn ngữ bất kỳ nằm ở thùy thái dương – một bộ phận của não đi kèm với việc nghe. Thực ra nó tạo ra hoạt động trong thùy chẩm – là nơi xử lý thông tin thị giác – tạo ra hoạt động ở thùy trán, nhưng không tạo hoạt động (xem Hình 10.12). Điều này thật lý thú vì người đọc trôi chảy thường nghĩ việc đọc cũng giống như "nghe" từ ngữ, nhưng chính bộ não xử lý việc nghe và đọc từ ngữ hoàn toàn khác nhau.

Hình 10.12 Nhiệm vụ nhận thức và hoạt động của não



Nguồn: Posner *và người khác*, 1998

Mặt khác khi yêu cầu người tham gia đọc các cặp từ và suy nghĩ về âm thanh, đón xem chúng có vần điệu với nhau hay không, Posner *và người khác* nhận thấy hoàn toàn có nhiều hoạt động trong thùy thái dương. Vì thế thùy thái dương dùng để suy nghĩ về âm thanh của từ ngữ chứ không đọc từ ngữ trực tiếp. Điều này thật thú vị vì cung cấp một số chứng cứ sinh lý trực tiếp đối với kết luận của các nhà nghiên cứu việc đọc khác: đọc trôi chảy không phải là chuyển từ ngữ thành những từ ngữ "đã nghe" tương đương mà thực ra là một kinh nghiệm trực tiếp hơn nhiều.

Posner *và người khác* (1988) cũng sử dụng những nhiệm vụ khác chẳng hạn như yêu cầu người tham gia nghiên cứu đọc một từ mô tả đồ vật, sau đó nghĩ cách sử dụng đồ vật ấy. Điều này tạo ra hoạt động trong vùng diện Broca và ở các bộ phận khác thuộc thùy trán, nhưng không phải ở thùy thái dương, và chỉ một lượng hoạt động không đáng kể ở thùy chẩm. Khi yêu cầu người tham gia chú ý lắng nghe một từ hơn là đọc, sau đó nêu cách sử dụng thì kết quả rất giống nhau ngoại trừ có sự kích hoạt thùy thái dương hơn là thùy của chẩm – có lẽ do tiếp nhận âm thanh của từ. Nhưng thùy trán dường như tham gia mật thiết trong quá trình suy nghĩ nhiều hơn người ta thường nghĩ.

Khó khăn trong ngôn ngữ

Một cách phân tích khác biệt về việc ngôn ngữ được xử lý trong bộ não ra sao là phải xét đến các loại **mất ngôn ngữ khác nhau.** có nhiều cách khác nhau trong phân loại chứng mất ngôn ngữ – cách hữu dụng hơn là hệ thống do Kertesz đề xuất năm 1979, trong đó nhận dạng 5 loại mất ngôn ngữ chính gồm mất ngôn ngữ Broca, mất ngôn ngữ Wernicke, mất ngôn ngữ dẫn truyền, mất ngôn ngữ quên tên sự vật và mất ngôn ngữ qua vỏ não.

Mất ngôn ngữ Broca, như chúng ta đã thấy khi lời nói phát ra gặp trở ngại chính. Người gặp hội chứng này thường không khó khăn khi hiểu điều người khác nói với họ hay trong việc đọc. Nhưng họ sai sót khi nói và viết, khó khăn trong việc gọi tên đồ vật và không thể nói lưu loát. Những người như thế thường sử dụng hình thức ngôn ngữ điện tín, họ tự mình hạn chế trong những từ chính, gạt bỏ mọi tính từ và liên từ giúp cho những gì họ nói có ý nghĩa. Người khác có thể sai lầm trong cách phát âm các bộ phận trong từ cho dù từ không có gì sai cả. Người bị mất ngôn ngữ Broca thường gặp khó khăn khi lặp lại từ hay gọi tên đồ vật.

Mất ngôn ngữ Wernicke như chúng ta chứng kiến liên quan đến rối loạn trong việc lĩnh hội ngôn ngữ. Những người này nói năng bình thường nhưng gặp khó khăn trong việc lĩnh hội điều người khác nói, hay không hiểu điều họ đang đọc. Đôi khi, chứng mất ngôn ngữ Wernicke dường như cũng ảnh hưởng đến ngôn ngữ, thường bằng cách tạo ra khuynh hướng sử dụng từ vô nghĩa hay dùng từ với nghĩa sai (họ muốn nói "màu đỏ" nhưng lại nói thành "màu xanh"). Dường như thường có sự khiếm khuyết trong hệ thống giúp họ giám sát những gì họ thực sự muốn nói, tạo ra những sai sót này. Người thuộc chứng mất ngôn ngữ này thường gặp khó khăn trong việc lặp lại từ và gọi tên đồ vật.

Mất ngôn ngữ dẫn truyền là một rối loạn trong đó cá nhân hiểu ngôn ngữ và đọc tốt hay kém hơn bình thường, họ thường nói năng bình thường mặc dù đôi lúc có sự giảm sút nhưng không đáng kể. Nhưng người mắc phải rối loạn này hoàn toàn không thể lặp lại điều mình vừa nghe hay đọc lớn cho đúng – cho dù họ hiểu nghĩa của tài liệu rất tốt. Họ thường tạo ra cách diễn giải dài dòng đối với thông tin vì thế không thể có khả năng truyền đạt thông tin ấy. Thay vào đó, có vẻ như chỉ lặp lại đơn thuần.

Mất ngôn ngữ quên tên sự vật là khi cá nhân gặp khó khăn trong việc tìm được từ đúng cho điều họ muốn nói. Có lẽ đây là loại mất ngôn ngữ thường gặp nhất, vì nói chung ai gặp tình trạng này cũng đều không khó khăn mấy trong việc hiểu lời nói hay việc đọc. Lời nói của họ cũng ít nhiều tốt kém hơn bình thường, nhưng họ gặp khó khăn trong việc tìm được từ đúng, hay trong khi gọi tên sự vật. Một trong những điều lý thú hơn về chứng mất ngôn ngữ quên tên sự vật là cách con người sử dụng từ trong thực tế họ đang tìm kiếm như một động từ, trong khi vẫn không thể phát hiện từ ấy như một danh từ, chẳng hạn khi nói "Đó là đồ vật bạn dùng để chải đầu" nhưng không thể nhận dạng đồ vật là "lược" được. Một số nhà nghiên cứu cho rằng đây là chứng cứ đối với những kho lưu trữ từ cụ thể do một số thuyết nhận thức đưa ra, chẳng hạn như thuyết đơn vị nhận biết từ của Morton (Morton, 1970).

Mất ngôn ngữ qua vỏ não là những chứng mất ngôn ngữ trong đó những khía cạnh khác nhau trong chức năng ngôn ngữ đều bị ảnh hưởng theo một cách nào đó. Một số chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não dường như ảnh hưởng đến lời nói (chứng mất ngôn ngữ vận động), trong khi một số chủ yếu ảnh hưởng đến sự lĩnh hội (chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não nhận cảm). Nhưng nói chung, chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não tạo ra một dải rối loạn trong việc sử dụng ngôn ngữ. Mặc dù những gì chúng không làm, bản thân chúng là một chứng cứ thú vị, là ảnh hưởng đến sự lặp lại. Người bị chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não có thể lặp lại điều họ nghe như kiểu học vẹt, cho dù họ không thể diễn giải thông tin dài dòng, hay gặp khó khăn trong việc lĩnh hội ý nghĩa. Về khía cạnh này, chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não hầu như là sự đối ngược chính xác với chứng mất ngôn ngữ dẫn truyền. Các hình thức khác nhau của các chứng mất ngôn ngữ thường liên kết với các vùng cụ thể, như trong Bảng 10.3. Vùng Broca liên kết với các vùng ngôn ngữ trước, vùng Wernicke liên kết các trung tâm ngôn ngữ sau. Chứng mất ngôn ngữ dẫn truyền dường như có liên quan đến sự tổn thương ở bó nhánh cung. Chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não vận động dường như liên kết với thương tổn chung trong khắp các trung tâm ngôn ngữ trước, trong khi chứng mất ngôn ngữ qua vỏ não nhận cảm liên kết với các trung tâm ngôn ngữ sau.

Dĩ nhiên, điều giải thích này dường như quá đơn giản và có ngăn nắp nhưng thực tế hầu như phức tạp hơn nhiều. Khi các nhà nghiên cứu phát hiện nhiều hơn về não, thì chúng ta buộc phải tin rằng các bộ phận khác trong não cũng tham gia vào việc xử lý ngôn ngữ và cơ chế hầu như không dễ hiểu, đơn giản như mô hình gợi ý. Nhưng ngoài ra, chứng cứ từ cả hai nghiên cứu và chụp cắt lớp phẫu thuật và não biểu thị rằng có sự phù hợp đáng kể giữa những vùng ngôn ngữ khác nhau của não và loại rối loạn phát sinh nếu những vùng ấy bị tổn thương.

KHUYNH HƯỚNG SỬ DỤNG MỘT TAY VÀ SỰ VƯỢT TRỘI CỦA BÁN CẦU NÃO

Nhiều nghiên cứu đáng kể trong tâm lý học thần kinh lâm sàng quan tâm đến sự khác nhau về chức năng giữa hai bán cầu não. Mặc dù chúng trông có vẻ giống nhau, và mặc dù mỗi bán cầu đều có các vùng chiếu nhận cảm gần tương đương nhau, nghiên cứu cho thấy có nhiều khác

Bảng 10.3 Các chứng mất ngôn ngữ

Chứng mất ngôn ngữ	*Lưu loát*	*Nói/ viết*	*Lặp lại*	*Gọi tên*	*Lĩnh hội*
Diện Broca	giảm	sai sót	hạn chế	hạn chế	tốt
Diện Broca	tốt	sai sót	hạn chế	hạn chế	giảm
Dẫn truyền	hạn chế	tốt	giảm	hạn chế	tốt
Quên tên sự vật	tốt	tốt	tốt	giảm	tốt
Qua vỏ não	giảm	giảm	tốt	giảm	giảm

Nguồn: Beaumont, 1988

biệt lý thú giữa cả hai. Chúng ta đã chứng kiến chức năng ngôn ngữ thường được định vị ở bán cầu trái ra sao. Nhưng cũng có những khác biệt khác giữa hai nửa của não.

Chức năng hoạt động của bán cầu trái và phải

Như chúng ta đã biết, ngôn ngữ thường được qui cho chức năng của bán cầu trái vì ở đa số (mặc dù không phải là tất cả), các vùng ngôn ngữ chính được định vị ở bán cầu trái. Nhiều nghiên cứu khảo sát liệu có sự liên kết nào giữa người thuận tay trái hay tay phải với chức năng ngôn ngữ định vị ở bán cầu trái hay không. Vì bên trái của não kiểm soát bên phải cơ thể và ngược lại, người thuận tay trái hay tay phải thường được xem là có một bán cầu "vượt trội" hơn bán cầu kia.

Tuy nhiên, mặc dù đa số đều thuận tay phải, khoảng 25 đến 30% chính thức được phân loại là thuận cả hai tay, mặc dù họ dùng tay phải cho những công việc phức tạp như viết, trong nhiều chức năng hoạt động thông thường, họ có thể sử dụng được cả hai tay. Hardyck và Petrinovitch (1977) cho thấy sự phỏng đoán nhiều người thuận tay trái dao động từ 4 đến 30% tùy theo tiêu chuẩn được áp dụng.

Rasmussen và Milner (1977) tiến hành nghiên cứu bao gồm việc gây mê nhất thời bên trái não bằng cách tiêm sodium amytal vào động mạch chủ cung cấp máu đến não. Bằng cách quan sát liệu những người tham gia nghiên cứu có mất chức năng nói cho đến khi thuốc mê hết tác dụng hay không, họ có thể chứng minh rằng chức năng ngôn ngữ (hay ít nhất sự hình thành lời nói) được định vị ở bán cầu trái đối với 95% số người thuận tay phải.

Trong một nghiên cứu khác, Hardyck và Petrinovitch (1977) chứng minh rằng người thuận tay trái rất có khả năng bị mất ngôn ngữ sau khi bán cầu phải bị tổn thương nhiều hơn người thuận tay phải một ít. Đa số mọi người, dù thuận tay phải hay tay trái đều có bán cầu trái vượt trội về ngôn ngữ hơn.

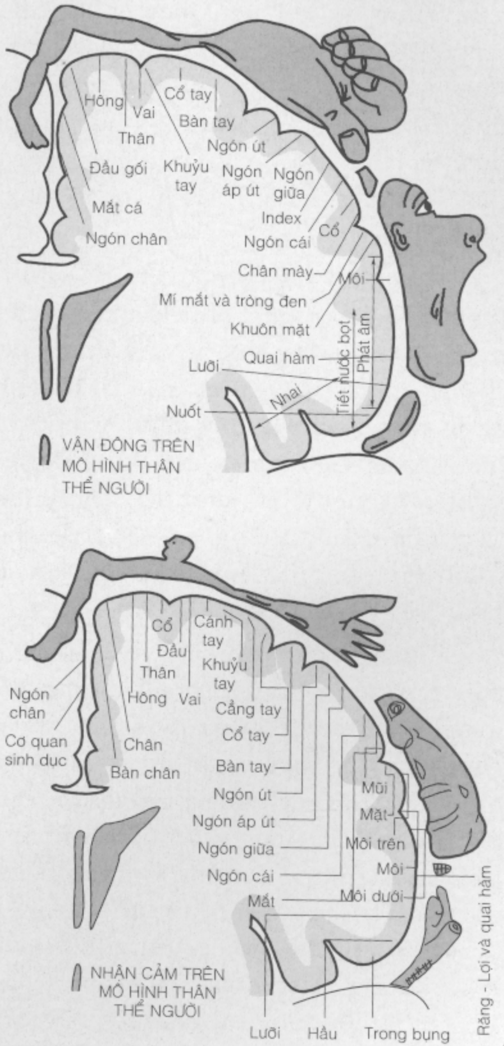
Chức năng vận động và nhận cảm

Một số nghiên cứu ban đầu về hoạt động của não cho thấy chức năng vận động và nhận cảm đều được thực hiện ở bên – nói cách khác, những chức năng này chủ yếu nằm ở các bán cầu não khác nhau. Penfield và Rasmussen (1950) chứng minh rằng các vùng vận động và nhận cảm cơ thể ở bán cầu não phải liên quan đến bên trái thân thể trong khi bán cầu não trái liên quan đến phần phải cơ thể. Họ sử dụng các điện cực bé xíu để kích thích những bộ phận khác nhau trong vỏ não ở bệnh nhân chuẩn bị phẫu thuật mở não, nhận thấy sự kích thích điện trong vùng nhận cảm cơ thể ở bán cầu phải tạo ra cảm giác ở phần trái cơ thể và ngược lại.

Penfield và Rasmussen cũng chứng minh rằng có sự tương quan giữa phần cơ thể nhạy cảm ra sao và lượng vỏ não nhận cảm cơ thể đáp ứng. Chỉ một bộ phận nhỏ trong vùng nhận cảm cơ thể phản ứng đối với thông tin từ những bộ phận tương đối không nhạy cảm trên cơ thể như lưng hay chân. Nhưng những bộ phận nhạy cảm cao như môi, lưỡi có các vùng phản ứng trên vỏ nhận cảm cơ thể lớn hơn. Từ thông tin này, có thể nghĩ ra một "mô hình thân thể người" – hình dạng cơ thể méo mó – phản ánh tính nhạy cảm của các bộ phận khác nhau trên cơ thể. Xem Hình 10.3, nói chung chúng ta nhận thấy những vùng nằm thấp hơn dải nhận cảm cơ thể về bên dưới liên quan đến các vùng nằm phía cao hơn trong cơ thể như đầu, môi và lưỡi, trong khi các bộ phận gần với phần trên của não liên quan đến ngón chân và chân.

Mẫu tương tự được tìm thấy trong vỏ vận động, dải vỏ não chạy song song với vùng nhận cảm cơ thể, ở phía bên kia của khe nứt giữa. Kích thích vùng này tương ứng với cử động: chẳng hạn, khi Penfield và Rasmussen kích thích một bộ phận của vỏ thì người ấy cử động cánh tay, kích thích bộ phận khác sẽ làm cử động chân. Các nhà nghiên cứu nhận thấy chức năng vận động cũng nằm ở một bên: vỏ vận động ở bán cầu trái kiểm soát cử động ở phần phải cơ thể và ngược lại. Cũng như đối với vùng nhận cảm cơ thể, bộ phận cơ thể cử động càng nhiều thì vùng vỏ vận động dành cho nó càng lớn. Vì thế những bộ phận thường cử động như lưỡi hay bàn tay tương ứng với các vùng vỏ vận động lớn hơn bắp đùi hay lưng. Chức năng vận động ở các bộ phận khác nhau trên cơ thể cũng có thể được miêu tả như mô hình thân thể người, nhưng khác với mô hình thân thể người nhận cảm cơ thể, nhưng cũng giống nhau ở một số khía cạnh. Hình 10.13 miêu tả cả hai mô hình thân thể người này.

Hình 10.13 Vận động và nhận cảm trên mô hình thân thể người


Hông
Vai
Cổ tay
Bàn tay
Thân
Ngón út
Đầu gối
Khuỷu tay
Ngón áp út
Ngón giữa
Mắt cá
Index
Cổ
Ngón chân
Ngón cái
Chân mày
Môi
Mí mắt và tròng đen
Khuôn mặt
Phát âm
Tiết nước bọt
Quai hàm
Lưỡi
Nhai
Nuốt
VẬN ĐỘNG TRÊN MÔ HÌNH THÂN THỂ NGƯỜI
Cổ
Cánh tay
Đầu
Thân
Khuỷu tay
Ngón chân
Hông
Vai
Cẳng tay
Cổ tay
Cơ quan sinh dục
Chân
Bàn chân
Bàn tay
Ngón út
Mũi
Mặt
Ngón áp út
Ngón giữa
Môi trên
Ngón cái
Môi
Mắt
Môi dưới
Răng - Lợi và quai hàm
NHẬN CẢM TRÊN MÔ HÌNH THÂN THỂ NGƯỜI
Lưỡi
Hầu
Trong bụng

Sự quen dùng thuận một bên chức năng vận động và nhận cảm đặc biệt rõ nét trong trường hợp "đột quỵ" – sự gián đoạn nhất thời lượng máu cung cấp đến một vùng não cụ thể. vì cung cấp máu thường xuyên là yếu tố cần thiết duy trì sự sống cho các nơron, sự gián đoạn có nghĩa là nơron trong vùng não ấy sẽ chết, thường gây bệnh liệt từng phần hay rối loạn tương tự. Bằng cách nghiên cứu hậu quả đột quỵ, có thể phán đoán đúng đột quỵ diễn ra ở đâu: sự gián đoạn lượng máu cung cấp đến vùng nhận cảm cơ thể ở bán cầu phải chẳng hạn sẽ tạo cảm giác "liệt" ở phần trái cơ thể. Nếu có sự trở ngại trong lời nói hay trong lĩnh hội ngôn ngữ thì chắc chắn đột quỵ nằm ở bán cầu trái vì đây là nơi định vị chủ yếu của các chức năng ngôn ngữ.

Chức năng không gian và phân tích

Cũng có một số chứng cứ cho thấy các chức năng không gian và phân tích ít ra một phần đều được bên hóa (quen dùng thuận một bên). Năm 1961, Sperry công bố một luận văn mô tả một loạt các nghiên cứu về bệnh nhân đã qua phẫu thuật trong đó thể chai- sợi nối hai nửa não – bị cắt bỏ. Kết quả cho thấy hai bán cầu não có vẻ khác nhau theo cách chúng phản ứng đối với thông tin phân tích và không gian.

Bệnh nhân trải qua phẫu thuật **tách não** đều là những người bị động kinh nặng. Động kinh là sự phóng điện không kiểm soát được bắt đầu ở thùy thái dương trong não nhưng sau đó tỏa khắp vỏ não. Một số loại động kinh không nghiêm trọng, có ảnh hưởng tương đối ít nhận thấy nhưng các loại động kinh khác tạo ra sự gián đoạn hoàn toàn của chức năng thông thường, khiến cho cá nhân rất khó sống cuộc sống bình thường. Bác sĩ phẫu thuật cho rằng việc cắt bỏ thể chai ít ra cũng hạn chế sự phóng điện ở một bên não. Thực ra, khi tiến hành phẫu thuật, họ nhận thấy bệnh động kinh được thuyên giảm đến mức không ngờ. Do đó phẫu thuật trở thành một phương pháp điều trị bệnh động kinh nghiêm trọng, tái diễn thường xuyên được nhiều người chấp nhận.

Thoạt nhìn, có vẻ phẫu thuật hầu như không có phản ứng phụ từ việc tách hai nửa não. Nhưng luận văn của Sperry chứng minh rằng thực ra có thể nhận dạng nhiều ảnh hưởng tâm lý khó phát hiện. Bằng việc lập ra các tình huống thí nghiệm trong đó chỉ một nửa não mỗi lần tiếp nhận một thông tin, Sperry chứng minh rằng hai nửa não thường phản ứng hoàn toàn khác nhau.

Chúng ta sẽ thấy trong Chương 12, mỗi bán cầu não đều tiếp nhận thông tin thị giác từ hai mắt. Những thông tin này đều **cùng bên** có nghĩa chúng đến từ cùng một bên. Nói cách khác, thông tin rơi vào bên phải võng mạc đi vào bên phải não phải, trong khi thông tin rơi vào bên trái võng mạc đi vào bên não trái. Điều này là do các sợi chéo nhau trong thể chéo thị giác, chúng ta sẽ khảo sát trong Chương 12. Tuy nhiên, phẫu thuật tách não cắt bỏ thể chéo thị giác cũng như thể chai, vì thế ở bệnh nhân tách não, thông tin đến bên phải võng mạc chỉ đi đến bán cầu não phải, trong khi thông tin đến bên trái võng mạc đi đến bán cầu não trái – chúng không chéo nhau qua mắt đối diện.

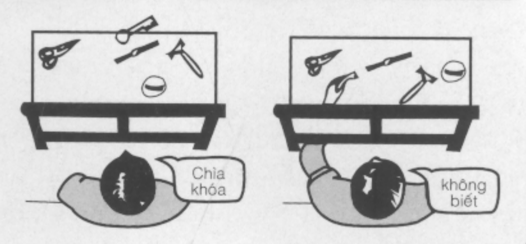
Điều này có nghĩa có thể cung cấp thông tin đến chỉ một nửa não, làm cơ sở cho thí nghiệm của Sperry. Chẳng hạn, một trong những chứng cứ đầu tiên từ nghiên cứu tách não là khi những người tham gia nghiên cứu này được cho xem những chữ viết ở bên phải thị trường (sao cho hình ảnh chữ viết rơi vào bên trái võng mạc), họ đọc được chữ, nhưng nếu chữ được cho xem ở bên trái thị trường thì họ không đọc được. Căn cứ vào những gì chúng ta biết về các vùng ngôn ngữ thường được định vị ở bên trái não, điều này thực ra không đáng ngạc nhiên.

Tuy nhiên, điều đáng ngạc nhiên hơn là bán cầu phải, mặc dù không thể "đọc", nhưng có vẻ có một số hiểu biết về từ ngữ thật đơn giản. Chẳng hạn, nếu từ "chìa khóa" được cho xem ở thị trường trái, thì người tham gia nghiên cứu không thể cho biết từ ấy là từ gì. nhưng đôi khi, thậm chí cùng lúc khi họ nói rằng mình không biết từ ấy là từ gì, thì tay trái của họ sẽ chọn chìa khóa bằng cách sờ tay vào nhiều đồ vật khác nhau (nên nhớ rằng tay trái được bên não phải kiểm soát). Điều này ngụ ý rằng bên não phải dường như có sự hiểu biết từ ngữ đơn giản rất hạn chế cho dù nó không có vẻ có chức năng ngôn ngữ đầy đủ (xem Hình 10.14).

Đôi lúc, hai nửa não có vẻ hoạt động như thể mỗi nửa là một "bộ não" hoàn toàn độc lập. Sperry tiến hành một nghiên cứu trong đó ảnh chụp khuôn mặt nhiều người đều cắt hết ở phần giữa, và dán các nửa ấy lên khuôn mặt khác. Mỗi khuôn mặt sử dụng rất dễ mô tả – khuôn mặt thanh niên dán vào khuôn mặt một bà lão chẳng hạn. Sau đó cho người tham gia nghiên cứu xem các ảnh phối hợp theo cách một nửa ảnh nhìn thấy ở mắt này (vì thế đối với bán cầu tương ứng) còn mắt kia xem một nửa ảnh còn lại.

Khi hỏi người tham gia nghiên cứu rằng họ nhìn thấy gì thì họ mô tả nửa ảnh

Hình 10.14: Nghiên cứu tách não



do mắt trái nhìn thấy. Vì ảnh này đã đi đến bán cầu trái nên họ không khó khăn khi sử dụng ngôn ngữ cho biết họ nhìn thấy điều gì. Nhưng khi yêu cầu họ sử dụng tay trái để chỉ ảnh họ vừa nhìn thấy thì họ chỉ ảnh do mắt phải nhìn thấy. Những gì miệng nói và những gì tay trái chỉ đều hoàn toàn khác nhau.

Trong nghiên cứu khác của Sperry, người tham gia nghiên cứu được cho xem hai gương mặt cùng lúc, mỗi gương mặt cho mỗi bán cầu não. Về sau yêu cầu họ chọn ra gương mặt mà họ nhìn thấy từ một loạt ảnh, họ sẽ chọn gương mặt do bán cầu não phải nhận biết. Đây là một trong số những chỉ báo cho biết bán cầu não phải có vẻ xử lý thông tin không gian và hình ảnh tốt hơn trong khi bán cầu não trái có ưu thế trong xử lý từ và số.

Vấn đề trong nghiên cứu tách não

Một trong những vấn đề khi sử dụng bệnh nhân tách não làm người tham gia nghiên cứu ở chỗ họ nhanh chóng quen với thực tế hai bên não bị tách rời, hai bán cầu đôi khi sử dụng những cử động cơ thể rất nhỏ để truyền đạt với nhau. Chẳng hạn, một bệnh nhân cho xem một từ ở bán cầu não phải, được hỏi từ này có phải là câu trả lời sai hay không, ngay sau đó họ khẽ gật đầu rồi mới sửa lại thành câu trả lời đúng. Điều diễn ra là bên bán cầu não phải (biết câu trả lời) đã nghe câu trả lời sai, làm cho người ấy gật đầu để thông báo cho bán cầu não trái. **Gợi ý chéo** này rất tinh vi, gần như không thể dò tìm nhưng tạo ra trở ngại trong việc nghiên cứu tách não.

Trở ngại khác là phẫu thuật tách não được tiến hành chỉ ở những người bị động kinh mãn tính, rất nặng. Động kinh nặng thuộc loại này khiến cho cá nhân rất khó có cuộc sống bình thường vì nhiều lần trong tuần họ nhận thấy ý thức, trí nhớ và chức năng vận động bị gián đoạn rất nhiều. Vì đây là kinh nghiệm ban đầu của hầu hết số bệnh nhân này nên chúng ta không có cách biết được những người tham gia nghiên cứu tách não so sánh với thành viên trong dân số "bình thường" ra sao.

Nghiên cứu phần bên ở não bình thường

Mặc dù có nhiều hạn chế trong việc khái quát hóa từ nghiên cứu ở những người tham gia nghiên cứu tách não, các loại nghiên cứu khác cũng ủng hộ chứng cứ của Sperry về chức năng của bán cầu. Chẳng hạn, sự sắp xếp các nơron trong tuyến thị giác của não nghĩa là thông tin nhận được ở thị trường trái trước tiên sẽ đến bán cầu não phải, sau đó chuyển qua bán cầu não trái thông qua thể chéo thị giác.

Một số nghiên cứu sử dụng hiện tượng này để khảo sát sự khác nhau trong hoạt động bán cầu. Mặc dù sự khác nhau về thời gian chỉ là vài phần trong giây nhưng cũng cho thấy sự khác nhau khi tạo ra hai kích thích cùng lúc, mỗi mắt nhận một kích thích vì một trong những kích thích trước hết sẽ đến bán cầu não liên quan. Nếu yêu cầu những người tham gia nghiên cứu này báo cáo họ đã sử dụng ngôn ngữ gì thì thị trường phải có lợi thế hơn thị trường trái theo nghĩa thông tin trước tiên sẽ đến bán cầu não trái, vì thế có khả năng được đưa vào ngôn ngữ hơn. Nhưng nếu yêu cầu những người tham gia nghiên cứu phải chỉ hay chọn kích thích thích hợp từ một loạt ảnh chụp thì sự khác nhau không còn nữa.

Rasmussen và Milner (1977) tiến hành nhiều nghiên cứu thuộc loại này. Họ khẳng định rằng phần lớn chứng cứ của Sperry dường như cũng đúng đối với những người tham gia nghiên cứu bình thường (nghĩa là không bị động kinh). Nói chung, họ cho thấy bán cầu não trái thường liên quan đến chức năng phân tích và ngôn ngữ nhiều hơn theo nghĩa phản ứng với loại vấn đề này nhanh hơn và chính xác hơn. Trái lại, bán cầu não phải có vẻ liên quan đến chức năng không gian và nghệ thuật nhiều hơn.

Ornstein (1986) cho rằng những khác nhau trong chức năng bán cầu não này cũng cực đoan như thể hiện các loại ý thức hầu như hoàn toàn khác nhau. Ông cho rằng bên não phải là bên sáng tạo, không xử lý chức năng không gian và nghệ thuật mà chỉ có chức năng huyền bí và tôn giáo. Ornstein khẳng định bán cầu não trái thuần túy thiên về vật chất và logic. Các tác giả khác đi đến việc liên kết những chức năng này với nữ tính và nam tính, quan niệm âm dương của phương Đông và nhiều thuyết nhị nguyên khác, cho rằng đa số vấn đề trên thế giới là do xã hội đánh giá quá cao chức năng hoạt động của bán cầu trái và đánh giá quá thấp các khía cạnh huyền bí và sáng tạo của bán cầu não phải. Tuy nhiên có một vài nhà tâm lý học thần kinh lâm sàng dành nhiều thời gian nghiên cứu những loại suy đoán này, và chứng cứ cho thấy sự phân biệt giữa hai nửa não gần như không rõ ràng như những nhà huyền bí thường nghĩ.

Tính sáng tạo và sử dụng hai bên não

Thật ra có vẻ phần lớn các hoạt động chúng ta nghĩ là "sáng tạo" đều liên quan đến cả hai bán cầu não. Chẳng hạn, Bever và Chiarello (1974) chứng minh rằng có sự khác biệt giữa nhạc sĩ qua trường lớp và người không phải là nhạc sĩ ở cách họ nhận biết giai điệu. Khi cho họ nghe một trắc nghiệm thính giác giống với trắc nghiệm thị trường (sử dụng âm thanh từ một bên đến tai gần hơn nhanh hơn bên kia trong vài phần của giây), người không phải là nhạc sĩ thể hiện **lợi thế thính giác** trái, ngụ ý rằng phản ứng của họ do bán cầu não phải xử lý. Trái lại, nhạc sĩ qua trường lớp thể hiện lợi thế thính giác phải, ngụ ý rằng phản ứng của họ được bán cầu não trái xử lý. Vì người ta thường nghĩ nhạc sĩ qua trường lớp sáng tạo hơn người không phải là nhạc sĩ, chứng cứ này ngụ ý rằng sự liên kết một đối một giữa bán cầu phải và tính sáng tạo thực sự rất mong manh.

Một số nhà nghiên cứu cho rằng sự khác nhau từ tính phức tạp của nhiệm vụ: nhạc sĩ qua trường lớp chắc chắn phân tích âm thanh thành những bộ phận cấu thành trong khi người không phải là nhạc sĩ sẽ hài lòng khi nghe giai điệu ấy. Shanon (1980) phát hiện trong một nghiên cứu rằng tất cả những người tham gia nghiên cứu, cho dù có qua trường lớp âm nhạc hay không, đều thể hiện chức năng của bán cầu trái đối với các bài tập âm nhạc phức tạp, và cho rằng có lẽ bán cầu trái có liên quan khi cá nhân phải lắng nghe chi tiết chứ không phải tiếp nhận toàn bộ giai điệu như một đơn vị hoàn chỉnh. Vì thế, mặc dù chắc chắn trường hợp hai bán cầu não bình thường không giải quyết các chức năng khác nhau nhưng nhất thiết không có sự phân biệt tuyệt đối giữa chúng. Bán cầu não nào làm gì có vẻ khác biệt nhiều hơn như một số nhà nghiên cứu thường nghĩ lúc đầu.

Thường biến thần kinh

Trẻ gặp rối loạn ngôn ngữ do chấn thương não ở bán cầu não trái thường chuyển chức năng ngôn ngữ sang bán cầu não phải. Sự linh động này gọi là **thường biến thần kinh**. Mặc dù sau tuổi dậy thì việc chuyển ngôn ngữ từ một bên não có vẻ không xảy ra. Vào lúc này người ta thường cho rằng não khá ổn định về khả năng và chức năng.

Tuy nhiên giả định chung này đã bị nghi vấn. Bốn trường hợp do Gooch (1980) nghiên cứu bao gồm bệnh nhân đã bị **phẫu thuật cắt bỏ bán cầu não** trái hoàn toàn – nói cách khác, toàn bộ bán cầu não trái đã bị cắt bỏ – chứ không phải là phẫu thuật tách não. Ở những bệnh nhân này theo báo cáo của Gooch, chức năng ngôn ngữ dần dần trở lại khi họ hồi sức sau cuộc phẫu thuật. Mặc dù bán cầu não trái bị cắt bỏ hoàn toàn nhưng dần dần bệnh nhân có được ngôn ngữ trở lại, nhớ bài hát và bài thơ mà họ đã thuộc trước đây, sau cùng ít nhiều có được chức năng ngôn ngữ hoàn hảo, do bên não phải kiểm soát. Gooch (1980) cho rằng sự không kết hợp giữa hai bán cầu não ở bệnh nhân tách não thực ra là kết quả của chính cuộc phẫu thuật, dẫn đến chức năng hoạt động của các bán cầu có vẻ khác nhau nhiều hơn thực chất.

Chứng cứ gây ngạc nhiên này cho thấy có lẽ trong não thường biến thần kinh nhiều hơn người ta nghĩ, cũng như cho biết về cách lưu trữ thông tin ngôn ngữ trong não. Cho dù bên não trái có chức năng ngôn ngữ nhưng rõ ràng nó không thể chứa đựng trí nhớ ngôn ngữ vì nếu thế lẽ ra chúng cũng bị cắt bỏ. Gooch cho rằng trí nhớ ngôn ngữ được lưu trữ như những hình ảnh suy nghĩ giao thoa, khuyếch tán trong khắp bộ não. Trong lý thuyết tạo ảnh ba chiều có ánh sáng thích hợp, toàn bộ bức ảnh có thể tái tạo từ một bộ phận của ảnh, giống như cách trí nhớ ngôn ngữ áp dụng. Lý do giải thích tại sao bệnh nhân tổn thương não thông thường không phục hồi chức năng ngôn ngữ. Gooch cho rằng có thể là do bộ phận não bị tổn thương vẫn còn chừa lại. Cũng có thể rằng sự hiện diện của nó ngăn cản bán cầu não phần nào không cho tiếp nhận chức năng của bán cầu trái.

Mặc dù những quan điểm này chỉ mang tính suy đoán, nhưng cũng đáng lưu ý rằng não biểu hiện những thuộc tính hồi phục rất đáng kể. Những người bị chấn thương nặng ở đầu vẫn còn sống nhưng không có chức năng ngôn ngữ và rất ít chức năng vận động, nhưng với nỗ lực được duy trì họ thường có thể phục hồi cả ngôn ngữ lẫn cử động đến mức độ giúp họ có khả năng sinh hoạt bình thường. Ở bệnh nhân đột quỵ tình trạng phục hồi tương tự cũng xảy ra. Nhưng không biết chính xác sự phục hồi này diễn ra như thế nào – một giả thuyết cho rằng nỗ lực buộc não phải sử dụng các tuyến thần kinh "không hoạt động" để đảm nhận những chức năng này. Một khả năng khác là chính các nơron cũng tự mình phục hồi chức năng: một số chứng cứ trong thời gian rất gần đây cho thấy tế bào thần kinh có khả năng tự phục hồi sau khi bị tổn thương. Mặc dù hiện tại cơ chế liên quan ra sao là điều vẫn chưa rõ.

Mặc dù điều dường như quan trọng nhất trong mọi trường hợp là **động cơ thúc** đẩy. Để phục hồi chức năng hoạt động của não, có vẻ cá nhân cần phải thường xuyên nỗ lực, đôi khi trong thời gian rất dài. Nếu họ không có động cơ thúc đẩy cao, thì không chắc duy trì được những nỗ lực này, vì thế họ nhận thấy mình vẫn bị thương tổn. Nhưng chứng cứ lâm sàng cho thấy những người nhất quyết đây là việc họ chủ ý làm thường có khả năng phục hồi chấn thương não ở mức độ hoàn toàn gây ngạc nhiên.

CƠ CHẾ CỬ ĐỘNG CỦA NÃO

Chúng ta xem sự cử động là việc đương nhiên. Thực ra, mặc dù có thể cử động các bộ phận cơ thể là một khả năng phức tạp liên quan đến nhiều bộ phận khác nhau trong hệ thần kinh. Nhưng có thể cho rằng cử động tạo ra cơ sở phát triển hệ thần kinh – một sinh vật bất động không cần gì khác hơn là sự giao tiếp giữa các bộ phận khác nhau trong cơ thể, không cần phản ứng đối với các tác nhân kích thích bên ngoài theo cách giống như một sinh vật di động.

Sự cử động ở động vật kể cả chúng ta diễn ra thông qua sự co thắt sợi cơ, để tạo ra cử động. Ở động vật có xương sống – có ba loại sợi cơ chính. Loại chúng ta thường nghĩ khi nói về cơ gọi là cơ xương. Đây là loại cơ co thắt khi duỗi cánh tay hay chân, gồm các sợi dài, hình trụ kết hợp thành bó với nhau. Cơ mềm là những cơ nằm ở các cơ quan bên trong gồm các tế bào thon, dài co thắt kém hơn tế bào cơ xương. Loại thứ ba cơ tim giống như cơ xương, chỉ khác ở chỗ các sợi kết hợp ở các điểm khác nhau vì thế một sợi co thắt thì các sợi khác cũng co thắt theo. Điều này giúp cho tim đập đúng lúc.

Thông tin về cơ co thắt đến từ một loại tế bào thần kinh cụ thể gọi là **nơron vận động.** Chúng ta sẽ thấy trong Chương 12, nơron vận động bắt đầu ở tủy sống, nơi chúng nhận thông tin điện từ hệ kiểm soát vận động trong não. Chúng chuyển những thông tin này trên các sợi trục thon dài ở một đầu, nơi sợi trục tỏ ra để tạo ra bộ phận gọi là lá cuối thần kinh vận động, phóng thích một hóa chất, acetylcholine được tiếp nhận ở các điểm thụ quan đặc biệt nằm trên sợi cơ và kích thích cơ co thắt.

Phản xạ và cử động chủ động

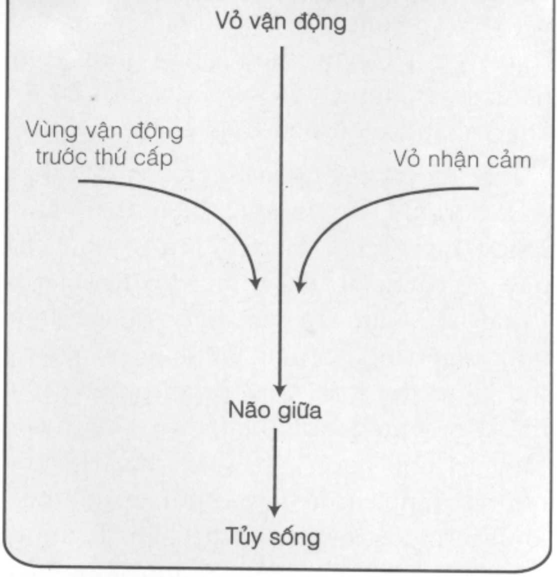
Một trong những khác biệt chính là giữa cử động hay phản xạ chủ động và vô tình. **Phản xạ** là phản ứng tức thời của cơ thể đối với các kích thích cụ thể, nói chung không được bộ não nghĩ ra. Trong một hành động phản xạ chẳng hạn như rụt tay về tránh một bề mặt nóng, những gì diễn ra là thông tin được các nơron nhận cảm tiếp nhận, và chuyển đến các nơron đệm trong tủy sống. Từ đó, thông tin chuyển đến nơron vận động để nơron này phát thông tin đến cơ cánh tay, làm cho cánh tay co lại và rút bàn tay về. Toàn bộ hoạt động gọi là cung phản xạ. Cung này hoàn toàn do tủy sống nghĩ ra, nói chung bộ não không liên quan.

Do đó trong cử động phản xạ, tủy sống tự động phản ứng đối với thông tin đến và đưa ra phản ứng ở cơ thích hợp. Nhưng trong **cử động chủ động** – cử động có sự cân nhắc, thận trọng – não phát thông tin đến cơ cần cử động. Hệ thống kiểm soát cử động trong hệ thần kinh trung ương gồm hai hệ thống khác nhau nhưng phối hợp với nhau. Thứ nhất là hệ vận động bó tháp, thứ hai là hệ vận động ngoài bó tháp.

Hệ vận động bó tháp

Hệ vận động bó tháp bắt đầu ở vỏ não, với một nhóm tế bào não gọi là tế bào bó tháp chạy suốt dải vận động dọc theo khe hở giữa. Các sợi từ các tế bào này chuyển các xung thần kinh xuống não giữa nơi đây chúng liên kết với các nơron chuyển các xung xuống tủy sống. Trong tủy sống chúng liên khớp thần kinh với các nơron vận động, chuyển thông điệp ra khỏi hệ thần kinh trung ương và đến các địa điểm thụ quan ở cơ (Hình 10.15).

Hình 10.15 Hệ vận động bó tháp



Dĩ nhiên điều này không đơn giản như thế. Vì một lẽ, thông tin đến não giữa cũng có một lượng đầu vào nào đó từ vỏ nhận cảm, cũng như từ một số tế bào thần kinh trong vùng vận động trước thứ cấp của vỏ não. Nhưng nói chung, hệ vận động bó tháp bao gồm thông tin được tạo ra trong não, chuyển xuống não giữa và tủy sống đến các cơ trên cơ thể. Nếu hệ vận động bó tháp bị thương tổn, cá nhân vẫn còn khả năng cử động nhưng cử động ấy không chính xác và yếu.

Hệ vận động ngoài bó tháp

Hệ vận động ngoài bó tháp, trái lại, có vẻ phức tạp hơn nhiều (Hình 10.16), gồm bốn cấu trúc chính: vỏ vận động trong não, đồi thị, tiểu não và hạch đáy não, là một nhóm các tế bào nằm sâu trong giữa não. Có các vùng khác trong não – một vài hệ thống trong tâm lý học sinh lý thực ra cho phải kiểm soát. Gooch (1980) cho rằng sự không kết hợp giữa hai bán cầu não ở bệnh nhân tách não thực ra là kết quả của chính cuộc phẫu thuật, dẫn đến chức năng hoạt động của các bán cầu có vẻ khác nhau nhiều hơn thực chất.

Chứng cứ gây ngạc nhiên này cho thấy có lẽ trong não thường biến thần kinh nhiều hơn người ta nghĩ, cũng như cho biết về cách lưu trữ thông tin ngôn ngữ trong não. Cho dù bên não trái có chức năng ngôn ngữ nhưng rõ ràng nó không thể chứa đựng trí nhớ ngôn ngữ vì nếu thế lẽ ra chúng cũng bị cắt bỏ. Gooch cho rằng trí nhớ ngôn ngữ được lưu trữ như những hình ảnh suy nghĩ giao thoa, khuyếch tán trong khắp bộ não. Trong lý thuyết tạo ảnh ba chiều có ánh sáng thích hợp, toàn bộ bức ảnh có thể tái tạo từ một bộ phận của ảnh, giống như cách trí nhớ ngôn ngữ áp dụng. Lý do giải thích tại sao bệnh nhân tổn thương não thông thường không phục hồi chức năng ngôn ngữ. Gooch cho rằng có thể là do bộ phận não bị tổn thương vẫn còn chừa lại. Cũng có thể rằng sự hiện diện của nó ngăn cản bán cầu não phần nào không cho tiếp nhận chức năng của bán cầu trái.

Mặc dù những quan điểm này chỉ mang tính suy đoán, nhưng cũng đáng lưu ý rằng não biểu hiện những thuộc tính hồi phục rất đáng kể. Những người bị chấn thương nặng ở đầu vẫn còn sống nhưng không có chức năng ngôn ngữ và rất ít chức năng vận động, nhưng với nỗ lực được duy trì họ thường có thể phục hồi cả ngôn ngữ lẫn cử động đến mức độ giúp họ có khả năng sinh hoạt bình thường. Ở bệnh nhân đột quỵ tình trạng phục hồi tương tự cũng xảy ra. Nhưng không biết chính xác sự phục hồi này diễn ra như thế nào – một giả thuyết cho rằng nỗ lực buộc não phải sử dụng các tuyến thần kinh "không hoạt động" để đảm nhận những chức năng này. Một khả năng khác là chính các nơron cũng tự mình phục hồi chức năng: một số chứng cứ trong thời gian rất gần đây cho thấy tế bào thần kinh có khả năng tự phục hồi sau khi bị tổn thương. Mặc dù hiện tại cơ chế liên quan ra sao là điều vẫn chưa rõ.

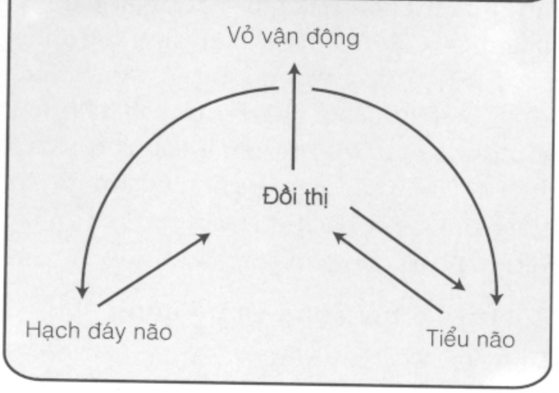
Mặc dù điều dường như quan trọng nhất trong mọi trường hợp là **động cơ thúc** đẩy. Để phục hồi chức năng hoạt động của não, có vẻ cá nhân cần phải thường xuyên nỗ lực, đôi khi trong thời gian rất dài. Nếu họ không có động cơ thúc đẩy cao, thì không chắc duy trì được những nỗ lực này, vì thế họ nhận thấy mình vẫn bị thương tổn. Nhưng chứng cứ lâm sàng cho thấy những người nhất quyết đây là việc họ chủ ý làm thường có khả năng phục hồi chấn thương não ở mức độ hoàn toàn gây ngạc nhiên.

CƠ CHẾ CỬ ĐỘNG CỦA NÃO

Chúng ta xem sự cử động là việc đương nhiên. Thực ra, mặc dù có thể cử động các bộ phận cơ thể là một khả năng phức tạp liên quan đến nhiều bộ phận khác nhau trong hệ thần kinh. Nhưng có thể cho rằng cử động tạo ra cơ sở phát triển hệ thần kinh – một sinh vật bất động không cần gì khác hơn là sự giao tiếp giữa các bộ phận khác nhau trong cơ thể, không cần phản ứng đối với các tác nhân kích thích bên ngoài theo cách giống như một sinh vật di động.

Sự cử động ở động vật kể cả chúng ta diễn ra thông qua sự co thắt sợi cơ, để tạo ra cử động. Ở động vật có xương sống – có ba loại sợi cơ chính. Loại chúng ta thường nghĩ khi nói về cơ gọi là cơ xương. Đây là loại cơ co thắt khi duỗi cánh tay hay chân, gồm các sợi dài, hình trụ kết hợp thành bó với nhau. Cơ mềm là những cơ nằm ở các cơ quan bên trong gồm các tế bào thon, dài co thắt kém hơn tế bào cơ xương. Loại thứ ba cơ tim giống như cơ xương, chỉ khác ở chỗ các sợi kết hợp ở các điểm khác nhau vì thế một sợi co thắt thì các sợi khác cũng co thắt theo. Điều này giúp cho tim đập đúng lúc.

Hình 10.16 Hệ vận động ngoài bó tháp



rằng đơn giản – nhưng những vùng này có vẻ là những vùng quan trọng.

Vỏ vận động chuyển thông tin đến hạch đáy não và tiểu não. Hai cấu trúc này chuyển thông tin đến đồi thị và đến lượt đồi thị chuyển thông tin trở về tiểu não cũng như về vỏ vận động. rất có thể sự sắp xếp này tượng trưng cho hệ thống điều phối và phản hồi cần thiết để đảm bảo hoạt động chủ động được trôi chảy.

Cử động cần kỹ năng

Đây là vấn đề tìm hiểu một động tác cụ thể được hệ thần kinh trung ương tạo ra ra sao nhưng phần lớn những gì chúng ta thực hiện trong thực tế lại bao gồm nhiều động tác khác nhau, kết hợp thành một chuỗi trôi chảy. Quá trình kết hợp các động tác khác nhau bao gồm việc viết chẳng hạn hay dùng đũa khuấy nước đều liên quan đến những đơn vị thuộc hệ thần kinh gọi là **chương trình vận động.**

Chương trình vận động là một chuỗi hành động hoàn chỉnh để thực hiện một động tác có mục đích. Một số chương trình vận động không được tập quen, mang tính bẩm sinh – chẳng hạn đi bộ là một chương trình vận động đòi hỏi sự phối hợp hoạt động cơ bắp ở các chi, bàn chân và thân mình. Các chương trình vận động khác có được do thực tập có hệ thống. Tập quen những kỹ năng phức tạp chẳng hạn như kỹ năng trình diễn âm nhạc hay trượt ván biểu diễn liên quan đến sự phát triển và phối hợp nhiều chương trình vận động khác nhau thành những đơn vị hoàn chỉnh mới.

Vai trò của tiểu não

Một trong những bộ phận quan trọng nhất của não trong việc có được các chương trình vận động tập quen là tiểu não. Tiểu não hoạt động trong sự phối hợp các cử động có kỹ năng, nhưng cũng hoạt động trong việc sắp xếp và tổ chức cử động. Tế bào trong tiểu não hoạt động trước khi chúng ta cử động thực sự. Người bị thương tổn ở tiểu não thường sắp xếp mỗi cử động sao cho họ nhận thức được ngay cả khi họ làm những động tác mà phần lớn chúng ta thường làm một cách tự chủ.

Động vật cũng có những cử động phối hợp rất cao chẳng hạn như chim có tiểu não lớn hơn não. Tiểu não xuất phát từ nghĩa "não nhỏ", gồm rất nhiều các nơron và liên kết. Một số nhà tâm lý học thần kinh cho rằng khả năng xử lý thông tin của tiểu não cũng giống như vỏ não. Tế bào có vẻ tham gia mật thiết nhất trong việc kéo dài thời gian cử động là **tế bào Purkinje**: một tập hợp các tế bào kiểm soát đầu ra từ tiểu não đến phần còn lại của hệ thần kinh. Chúng hoạt động để kiềm chế tế bào mục tiêu trong tiểu não, như thế đảm bảo rằng một cử động luôn trôi chảy, được kiểm soát, ổn định, không nhát gừng.

Cử động và tổn thương não

Chúng ta biết được một ít về cử động sử dụng chứng cứ từ tâm lý học thần kinh lâm sàng. Từ sau Thế chiến I người ta biết rằng tiểu não là thành phần quan trọng trong việc điều phối cử động chủ động. Holmes (1919) phát hiện rằng người bị mảnh đạn gây tổn thương trong vùng não này đều gặp rối loạn trong việc phối hợp các động tác, tạo ra một loạt động tác rời rạc, nhát gừng chứ không phải là cử động trôi chảy, liên tục.

Nghiên cứu bệnh nhân phẫu thuật não của Wilder Penfield chứng minh rằng sự kích thích vùng não ngay phía trước khe hở giữa tạo ra cử động và sự kích thích các vùng khác tạo ra cử động ở những bộ phận cơ thể khác. Bằng cách vẽ ra những vùng này nằm ở đâu trên **vỏ vận động,** Penfield chứng minh rằng vùng có vẻ chứa dựng một loại miêu tả cơ thể lộn ngược nào đó (Penfield, 1959).

Kích thích bộ phận nằm gần với bán cầu khác, ngay phía trên các thể chay, tạo ra cử động của bàn chân. Ngay phía trên nó tạo ra cử động mắt cá, và phía trên nữa là vùng làm cho đầu gối và bắp chân cử động. Tiếp đến là thân và cổ, sau đó một phần lớn của dải vận động dành cho các cử động của những bộ phận khác nhau trong bàn tay. Bên dưới, đi xuống bên ngoài não là một vùng lớn bao gồm các cử động cơ mạch khác nhau, dưới đáy vùng này là vùng tạo ra cử động môi, lưỡi.

Penfield, và người khác chứng minh rằng lượng vỏ não dành cho mỗi bộ phận cơ thể khác nhau đều liên quan mật thiết với tính cử động của bộ phận ấy: vỏ não dành cho thân mình tương đối ít vì bộ phận cơ thể ấy nói chung không cử động nhiều. Nhưng có vùng vỏ não lớn dành cho mỗi ngón tay và lưỡi vì chúng là những bộ phận cơ thể cử động nhiều nhất.

Vai trò của **hạch đáy não** có vẻ liên quan đến sự sắp xếp cử động. Người mắc bệnh Parkinson chịu đựng sự co giật cơ bắp thường xuyên trừ phi họ có hành động cân nhắc. Nếu họ tập trung vào một hành động cụ thể thì có thể thực hiện khá trôi chảy, nhưng nếu không tập trung họ thường bị co giật cơ bắp thường xuyên.

Dĩ nhiên vấn đề là chúng ta không thể nói chính xác hạch đáy não có ảnh hưởng gì – liệu sự co giật ngấm ngầm có phải là thuộc tính cơ bản của động tác cơ bắp hay không và hạch đáy não có kiềm chế hay do sự vắng mặt của nó tạo ra cơn co giật. Nhận biết rằng một bộ phận trong não là một thành phần trong hệ thống là vấn đề khác hẳn với việc hiểu biết rằng bộ phận trong não ấy có ảnh hưởng gì trong thực tế – và những bộ phận khác nhau trong não được liên kết với nhau sao cho trong thực tế điều chúng ta có thể làm là cố gắng tìm hiểu hệ thống chung liên quan đến hành vi hay kinh nghiệm.

Rối loạn ở tủy sống và cử động

Thương tổn ở **tủy sống** cũng làm cử động giảm sút. Một trong các thời kỳ giang mai cuối cùng cũng làm chân và vùng xương chậu mất cảm giác cũng như sự mất kiểm soát ở bàng quang và ruột. Điều này là do các rễ lưng của tủy sống dần dần thoái hóa do tác động của các khuẩn xoắn. Trái lại bệnh bại liệt (viêm tủy xám) khiến cho nhiều bộ phận cơ thể khác nhau liệt hoàn toàn vì virus làm thương tổn chính các nơron vận động.

Thương tổn ở các bộ phận khác nhau trong tủy sống và nơron vận động cũng tạo ra những hình thức rối loạn cử động khác nhau. **Bệnh liệt** là sự thiếu cử động chủ động ở cơ thể, thường do sự thương tổn hay gây trở ngại đối với nơron vận động trong tủy sống hay các cơ ngoại vi. **Liệt nhũn** bao gồm sự thiếu cử động chủ động ở cơ thể, cơ không săn chắc, phản xạ yếu, thường do thương tổn ở nơron vận động trong tủy sống mặc dù đôi lúc có thể là do kết quả ban đầu khi các nơron này bị thương tổn, chuyển thông tin từ bộ não đến tủy sống. Loại bệnh liệt thứ ba là **liệt co giật** gồm những rối loạn trong cử động chủ động nhưng bệnh nhân có những phản xạ rất nhát gừng, thường co giật cơ bắp. Bệnh là do tổn thương nơron trong thời gian dài, chuyển từ não đến tủy sống sau thời gian ngắn bị liệt nhũn.

Cắt bỏ tủy sống tạo ra những kết quả khác nhau tùy theo cắt bỏ bộ phận nào. **Liệt hai chi dưới** làm mất cảm giác và sự kiểm soát cơ bắp chủ động ở cả hai chân,

Khung 10.1 Lập thành module, định vị chức năng, và mức thường biến của tế bào thần kinh

Nghiên cứu chức năng của não làm phát sinh mọi loại câu hỏi về mối quan hệ giữa sinh lý học của não và kinh nghiệm cá nhân của chúng ta. Một trong những câu hỏi thu hút nhiều sự chú ý là câu hỏi lập thành module: Fodor (1983) cho rằng suy nghĩ con người được cấu trúc theo cách chúng ta có những module xử lý thông tin riêng biệt, tương đối độc lập, mỗi module giải quyết một loại nhiệm vụ khác nhau. Nghiên cứu nhận biết khuôn mặt chúng ta khảo sát trong Chương 2 chẳng hạn có vẻ ngụ ý rằng chúng ta có một khả năng đặc biệt trong việc xử lý thông tin về khuôn mặt, có vẻ hoàn toàn độc lập với các quá trình nhận thức khác.

Cũng có một số chứng cứ lâm sàng về tính lập thành module, cho rằng con người tìm thấy những ai bị khiếm khuyết trong một lĩnh vực tâm thần cụ thể chẳng hạn như nhận biết khuôn mặt, gọi tên là những người hoàn toàn bình thường trong các khía cạnh khác. Campbell (1973) biên soạn các báo cáo về nhiều ca bệnh có những rối loạn rất cụ thể, nhưng chức năng tâm thần của họ không hề giảm sút trong mọi khía cạnh khác. Những báo cáo này dường như cho rằng bộ não sử dụng tiếp cận theo kiểu module trong xử lý thông tin.

Tuy nhiên, vẫn còn những khoảng cách lớn giữa hiểu biết của chúng ta về hoạt động thần kinh và tính module trong suy nghĩ được đề xuất. Mặc dù giới nghiên cứu có khả năng lần theo các tuyến thần kinh tham gia vào các kỹ năng cụ thể – chẳng hạn như những vùng khác nhau của não được kích thích bằng ngôn ngữ – chắc hẳn không có mối quan hệ một đối một, đơn giản, phát biểu rằng, chẳng hạn vùng não này là nhận biết khuôn mặt trong khi vùng khác dùng để gọi tên. Thời gian gần đây hơn, giới nghiên cứu phát hiện rằng dường như có nhiều sự tương tác giữa các module độc lập hơn là suy nghĩ trước đây của giới nghiên cứu.

Câu hỏi chức năng định vị trong não có từ lâu đời như chính việc nghiên cứu não. Đầu tiên, giới nghiên cứu nghĩ rằng mỗi "chức năng" suy nghĩ khác nhau như trí nhớ, hiểu biết, đam mê hay thiếu kiên nhẫn đều có một vùng riêng biệt trong não. Như chúng ta đã biết, lúc ấy giới nghiên cứu phát hiện rằng dường như chỉ có một vài vùng cụ thể trong não, và phần vỏ não còn lại ít nhất cũng hoạt động như một tổng thể.

Mặc dù nghiên cứu hiện đại cho thấy có nhiều vùng cụ thể khác trong hoạt động của não hơn là suy nghĩ trước đây. Kỹ thuật chụp cắt lớp giúp giới nghiên cứu khảo sát các vùng trong não được kích thích khi con người tham gia những loại công việc tâm thần khác nhau, có vẻ những loại suy nghĩ khác nhau nói chung liên quan đến các vùng khác nhau trên vỏ não. Nhiệm vụ ra quyết định kích thích một số vùng của bộ phận thường được gọi là "vỏ liên hợp" trong khi sự phản ánh điềm tĩnh liên quan đến một vùng khác, và việc đọc liên quan đến vùng khác nữa.

Vấn đề có các vùng vỏ não liên quan cụ thể với việc đọc cho chúng ta biết manh mối điều gì đang diễn ra. Việc đọc là một hoạt động của con người trong thời gian gần đây đã phát triển như một kỹ năng cụ thể – chỉ trong thế kỷ vừa qua sự mù chữ ở đa số là hiện tượng phổ biến. Nhưng chức năng hoạt động của nếp cuộn não và những vùng khác cho thấy các vùng cụ thể trên vỏ não đều có khả năng phát triển chức năng hoạt động cụ thể, nếu cá nhân được đào tạo, kích thích phát triển những kỹ năng này. Dĩ nhiên điều này đặt ra câu hỏi não người có những khả năng gì khác, và điều thú vị khi nghiên cứu điều gì nổi bật khi giới nghiên cứu có khả năng tiến hành nghiên cứu những người có khả năng đặc biệt theo hệ thống.

Có vẻ từ chứng cứ có sẵn cho thấy cả cơ thể lẫn não đều phản ứng trước yêu cầu kinh nghiệm – nếu những yêu cầu này đủ mức quan trọng. Người bị tổn thương não có thể rèn luyện lại các nơron để đảm nhận chức năng hoạt động bị mất – nhưng chỉ thông qua nỗ lực thường xuyên, theo cách giống như vận động viên bị chấn thương phục hồi chức năng bằng việc kiên trì tập luyện. Chứng cứ cho thấy chính sự tương tác giữa kinh nghiệm tâm thần của cá nhân và khả năng thần kinh của họ tạo ra bộ não tích cực giống như cách tương tác giữa rèn luyện cơ thể ở con người và tiềm năng di truyền của họ dẫn đến sự phát triển cơ bắp khỏe mạnh. Nhưng chúng ta còn nhiều điều tìm hiểu về rèn luyện tâm thần và cách nó ảnh hưởng đến chức năng hoạt động của não.

mặc dù phản xạ – kể cả phản xạ tình dục – vẫn còn. Kết quả từ việc cắt tủy sống phía trên các đoạn liên kết với hai chân. **Liệt tứ chi** là sự mất cảm giác và kiểm soát cơ ở tất cả bốn chi, kết quả từ việc cắt tủy sống phía trên mức liên kết với cánh tay. **Liệt bán thân** là mất cảm giác và kiểm soát cơ một bên thân, do kết quả từ hai nguồn trên. Phổ biến nhất là do tổn thương ở một trong hai bán cầu não. Mặc dù đôi khi liệt bán thân có thể là do cắt tủy sống nửa chừng.

Tiểu não, như chúng ta đã biết, điều phối động tác cơ thể, bao gồm các động tác trong các bộ phận cơ thể khác nhau. Một số hình thức tổn thương ở tiểu não đến kết quả khiến cho cá nhân cảm thấy rằng có thể cử động một phần cơ thể nhưng không thể cử động phối hợp với các bộ phận khác. Chẳng hạn, một người có cử động cánh tay chính xác khi ném bóng nhưng phần cơ thể còn lại không có sự điều chỉnh đối với động tác ném. Vì cử động của mắt là một cử động cơ bắp, tiểu não cũng cần thiết cho sự phối hợp giữa bàn tay và mắt, một số loại thương tổn có nghĩa là con người không thể thực hiện loại động tác này trôi chảy.

Nói chung, triệu chứng của tổn thương não nghiêm trọng thường giống như dấu hiệu của người say rượu: cử động của cá nhân không thể phối hợp được, lời nói ấp úng, cử động của mắt không chính xác. Một cách kiểm tra thương tổn não là áp dụng kiểm tra “ngón tay – mũi”. Một người bình thường không hề khó khăn khi duỗi thẳng cánh tay, sau đó yêu cầu họ đặt ngón tay lên mũi. Nhưng một số người bị tổn thương ở vỏ não (lớp bên ngoài của não) lại khó di chuyển ngón tay của mình đúng chỗ, không thể duỗi thẳng hay chạm ngón tay vào mặt.

Chúng ta đã biết não người là một cấu trúc cực kỳ phức tạp, nên việc nghiên cứu chức năng hoạt động của não cũng khá vất vả. Dù sao, bằng cách thu thập chứng cứ từ chấn thương não và bằng việc phát triển những kỹ thuật nghiên cứu giúp khảo sát bộ não hoạt động, giới nghiên cứu có thể nhận dạng chức năng của não khá nhiều. Sử dụng kỹ thuật chụp phân lớp đặc biệt đáng giá trong khía cạnh ấy vì chúng là những phương pháp giúp giới nghiên cứu khảo sát hoạt động của não trong khi não còn sống. Điều này đã làm tăng rất nhiều hiểu biết của chúng ta về cách não hoạt động và chắc chắn sẽ còn hiểu biết hơn nữa trong tương lai. Trong chương sau, chúng ta sẽ xét đến vấn đề ý thức, và một số cách mà các nhà tâm lý học nghiên cứu trạng thái ý thức khác nhau.

Từ khóa

Sự cắt bỏ. Sự cắt bỏ hay làm hỏng một hay nhiều bộ phận trong não bằng các kỹ thuật phẫu thuật thường cắt bỏ hay đốt mô liên quan.

Mù đọc. Khả năng không thể nhận dạng chữ viết cho dù cá nhân không gặp khó khăn trong ngôn ngữ nói.

Gien tương ứng. Tên đặt cho một gien trong cặp gien phối hợp, với mỗi gien trong mỗi cặp được tìm thấy trên mỗi cặp nhiễm sắc thể kết hợp.

Mất trí nhớ. Mất trí nhớ thường do những nguyên nhân vật lý.

Nếp cuộn não, hồi não. Bộ phận vỏ não giải mã kích thích thị giác đối với việc đọc.

Mất trí nhớ tiền hành. Mất trí nhớ đối với các sự kiện xảy ra sau khi tổn thương gây ra chứng mất trí nhớ.

Chứng mất ngôn ngữ. Một rối loạn cụ thể dẫn đến việc không thể hình thành từ ngữ khi nói.

Vỏ liên hợp. Tên gọi chung do những bộ phận vỏ não có vẻ không có chức năng cụ thể, định vị.

Vỏ thính giác. Bộ phận vỏ não liên quan đến việc nghe.

Hệ thần kinh tự chủ (ANS). Hệ thống gồm các sợi thần kinh không bao myelin chạy từ cuống não và tủy sống, kích hoạt cơ thể cử động hay đặt cơ thể trong trạng thái không hoạt động.

Diện Broca. Vùng cụ thể ở thùy trán trái, trong đó thương tổn tạo ra chứng mất ngôn ngữ.

Hệ thần kinh trung ương. Não và tủy sống.

Vỏ não. Lớp bao bọc các bán cầu não bên ngoài gồm 6 lớp tế bào thần kinh để xử lý thông tin.

Bán cầu não. Tên gọi hai nửa não.

Não. Bộ phận của não đảm nhận việc nhận thức, kết hợp thông tin và cử động chủ động.

Tâm lý học thần kinh lâm sàng. Ngành tâm lý học nghiên cứu hoạt động của não bằng cách khảo sát hậu quả khi bị chấn thương, bệnh hay thương tổn ở não.

Sinh sản vô tính. Quá trình tạo ra các động vật có gien giống hệt nhau theo cách nhân tạo, bằng cách làm cho các tế bào của động vật bố mẹ sinh sản và phát triển thành các động vật hoàn chỉnh trên cơ sở thông tin về gien trong nhân tế bào.

Chụp cắt lớp theo trục bằng máy tính (CAT). Phương pháp phát hiện tính bất thường ở não bằng cách nghiên cứu một loạt "ảnh chụp" bằng tia X chụp não liên tục.

Nơron đệm. Tế bào thần kinh trong hệ thần kinh trung ương liên kết các tế bào thần kinh khác

Gợi ý chéo. Sử dụng chức năng nhận cảm để cung cấp thông tin hiểu được kích thích được nhận thông qua chức năng khác. Ở bệnh nhân tách não, gợi ý chéo ám chỉ gợi ý do bán cầu não này cung cấp cho bán cầu não khác sử dụng những động tác của cơ thể.

Kích thích não bằng điện (ESB). Sự củng cố tích cực trực tiếp ở não bằng các điện cực cấy vào vùng dưới đồi.

Điện não đồ (EEG). Ghi lại hoạt động điện của não bằng cách gắn điện cực vào da đầu

Điện thế khởi kích. Mẫu hoạt động điện đặc trưng trong não thể hiện qua điện não đồ EEG, được tạo ra khi phản ứng trước một kích thích cụ thể.

Mở thùy trán. Cắt bỏ phần trước não, có lúc được xem là để làm giảm sự gây hấn, hiện nay được xem là làm tổn hại đến việc hoạch định và khả năng ra quyết định.

Kỹ thuật gien. Quá trình thay đổi các đặc điểm gien thông qua sự can thiệp bằng kính hiển vi.

Phẫu thuật cắt bỏ bán cầu. Phẫu thuật cắt bỏ toàn bộ bán cầu não.

Nội hằng định. Tình trạng cân bằng sinh lý hay thể cân bằng trong cơ thể.

Cùng bên. Xảy ra ở cùng bên.

Luật tính ngang bằng. Nguyên tắc cho rằng tất cả vùng vỏ liên hợp (những bộ phận trong vỏ não không có chức năng định vị cụ thể) đều quan trọng như nhau trong tập quen và nhớ.

Luật tác động số lượng. Nguyên tắc cho rằng chính lượng vỏ não quyết định tập quen và nhớ hiệu quả chứ không phải vị trí của vỏ ấy.

Thương tổn. Một số hình thức tổn thương ở một vùng não hay cơ thể. Thương tổn có thể là do tai nạn hay phẫu thuật.

Định vị chức năng. Cách một số chức năng tâm lý chẳng hạn như ngôn ngữ có vẻ do những vùng rất cụ thể trên vỏ não nghĩ ra.

Hình ảnh cộng hưởng từ (MRI). Chụp phân lớp não hoạt động bằng cách đưa một loạt sóng điện từ qua não, tạo ra hoạt động thần kinh, sau đó ghi lại chúng.

Tủy. Bộ phận của não nằm ngay phía trên tủy sống liên quan đến chức năng tự chủ của cơ thể.

Ghi lại bằng vi điện cực. Phương pháp nghiên cứu não bằng cách cắm điện cực hiển vi vào những nơi cụ thể rồi ghi lại hoạt động của tế bào thần kinh riêng biệt.

Động cơ thúc đẩy. Định hướng hay tiếp thêm nghị lực cho hành động của con người hay động vật tăng tính hoạt động hơn là không hoạt động.

Mất ngôn ngữ vận động. Rối loạn ngôn ngữ xảy ra vì bệnh nhân không thể cử động môi lưỡi theo cách cần thiết.

Vỏ vận động. Vùng não nghĩ ra cử động của các bộ phận khác nhau trên cơ thể.

Nơron vận động. Tế bào thần kinh mang sự hướng dẫn từ não hay tủy sống đến sợi cơ để tạo ra cử động.

Sự đột biến. Sự thay đổi tự phát thường dùng để ám chỉ những thay đổi về gien tạo ra đặc điểm có thể di truyền mới.

Thường biến thần kinh. Khả năng của các tế bào thần kinh và mô não tái phát triển hay có được chức năng thay thế đối với thương tổn.

Kỹ thuật không xâm nhập. Phương pháp nghiên cứu não hay cơ thể từ bên ngoài, chẳng hạn như việc sử dụng chụp phân lớp não hay cơ thể.

Loạn trí nhớ. Trạng thái lâm sàng trong đó trí nhớ bị rối loạn chứ không phải là mất trí.

Hệ thần kinh ngoại vi. Bộ phận thuộc hệ thần kinh liên kết phần cơ thể còn lại với não và tủy sống.

Máy ghi tim. Máy thường dùng để đo căng thẳng hay lo âu – đôi lúc gọi là "máy phát hiện nói dối" – công việc tiến hành bằng cách đánh giá nhiều ('poly') dấu chỉ báo khác nhau trên cơ thể ở người đang bị căng thẳng chẳng hạn như huyết áp, nhịp tim đập, nhịp xung và GSR.

Chụp cắt lớp phát xạ positron. Chụp não phân lớp bằng cách theo dõi các nơron hoạt động tiếp nhận máu. Phân phối máu được nhận dạng bằng việc đưa các phân tử glucose phóng xạ vào mạch máu.

Mất trí nhớ nghịch hành. Rối loạn trí nhớ trong đó cá nhân không thể lưu trữ thông tin mới.

Phản xạ. Phản ứng xảy ra tự động không do bộ não nghĩ ra.

Vùng chiếu nhận cảm. Các vùng trên vỏ não tiếp nhận thông tin từ các giác quan cụ thể.

Vỏ nhận cảm cơ thể. Vùng vỏ não tiếp nhận thông tin từ các thụ quan nhận cảm ở da.

Cấu trúc lớp dưới vỏ. Tất cả cấu trúc của não ngoại trừ não.

Đồi thị. Cấu trúc dưới lớp vỏ trong não tiếp nhận thông tin nhận cảm và chuyển thông tin đến vỏ não.

Diện Wernickle. Vùng vỏ não khi bị thương tổn sẽ tạo ra rối loạn trong việc lĩnh hội thông tin bằng lời

Tóm tắt

1. Hệ thần kinh người gồm hệ thần kinh trung ương bao gồm não và tủy sống, hệ thần kinh ngoại vi bao gồm các dây thần kinh và giác quan, và hệ thần kinh tự chủ bao gồm các tuyến và nội tiết tố. Giữa chúng, chúng phối hợp các hoạt động và tình trạng cơ thể.
2. Phương pháp nghiên cứu não bao gồm: xâm nhập cơ thể chẳng hạn như thương tổn và cắt bỏ, can thiệp bằng hóa chất, can thiệp điện như ghi lại vi điện cực, điện não đồ và số đo điện thế khởi kích và những kỹ thuật chụp cắt lớp.
3. Não phát triển từ một ống thần kinh nguyên thủy, dấu vết phát triển tiến hóa của não vẫn còn được tìm thấy trong cách sắp xếp và chức năng hoạt động của các cấu trúc não khác nhau.
4. Sự di truyền diễn ra do các mã ADN truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác thông qua sự sinh sản hữu tính và sự giảm phân. Sự phát triển diễn ra phần lớn thông qua sự phân đôi tế bào thành hai và sự gián phân. Dự án bộ gien người nhằm mục đích phác họa toàn bộ các mã gien ở người.
5. Tâm lý học thần kinh lâm sàng là nghiên cứu chức năng hoạt động của não. Một trong những đối tượng nghiên cứu của ngành này là sự định vị chức năng trong não. Một số đặc điểm như nhân cách, tập quen và trí nhớ có vẻ không được định vị cụ thể.
6. Nghiên cứu chức năng ngôn ngữ cho thấy có nhiều vùng xử lý ngôn ngữ khác nhau trong não thường nằm ở bán cầu trái. Rối loạn ở vùng này có thể dẫn đến chứng mất ngôn ngữ, khó đọc và các rối loạn khác.
7. Các chức năng vận động và nhận cảm định vị ở bán cầu não đối nghịch với phần cơ thể liên quan. Nghiên cứu tách não cho thấy chức năng không gian và phân tích thường được định vị trong các bán cầu khác nhau, với một số thể chéo giữa hai bán cầu.
8. Cơ chế cử động trong não bao gồm sự tương tác phức tạp trong cấu trúc não và cử động liên quan đến nhiều tuyến thần kinh khác nhau.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Sự di truyền diễn ra từ bố mẹ đến con cháu như thế nào?
2. Sự phát triển của não người ảnh hưởng đến cách sắp xếp cấu trúc chính trong não ra sao?
3. Các vùng chính xử lý ngôn ngữ trong não là những vùng nào, và chúng làm gì?

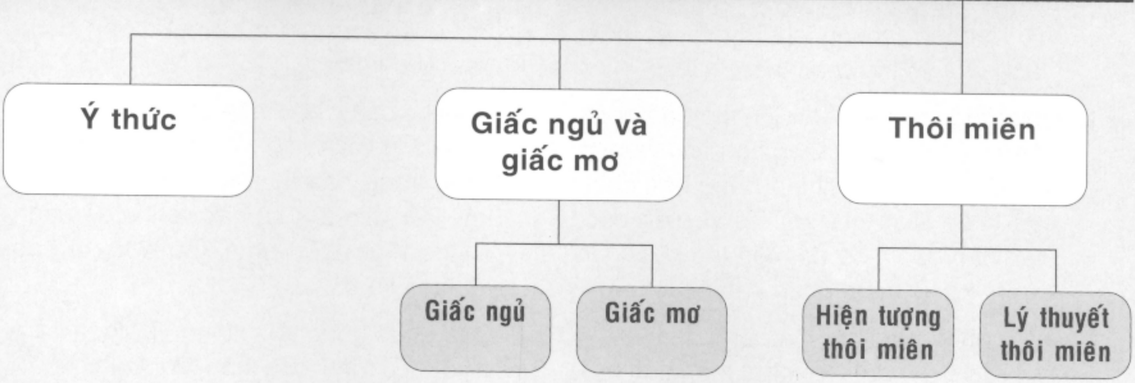
Câu hỏi thảo luận

1. Hãy cho ví dụ, đánh giá có phê bình những phương pháp chính nghiên cứu chức năng hoạt động của não.
2. Chức năng của não được định vị ở mức độ nào?
3. Quan niệm cho rằng hai nửa não hoạt động như hai bộ não riêng biệt có giá trị ra sao?

chương

11

Ý thức



Đối tượng nghiên cứu

11.1. Nghiên cứu ý thức

a. định nghĩa thuật ngữ về nghiên cứu ý thức

b. mô tả phương pháp nghiên cứu ý thức

c. đánh giá phương pháp nghiên cứu ý thức

11.2. Thuốc và chất truyền thần kinh

a. mô tả chức năng của liên khớp thần kinh

b. phác họa các loại thuốc tác động trí tuệ

c. chứng minh ảnh hưởng của thuốc đối với ý thức

11.3. Nhịp điệu sinh học

a. nhận dạng đặc điểm nhịp ngày đêm

b. áp dụng kiến thức nhịp ngày đêm trong công việc làm theo ca

c. liên kết nhịp ngày đêm với đời sống thường nhật

11.4. Các loại giấc ngủ

a. định nghĩa thuật ngữ về các loại giấc ngủ khác nhau

b. mô tả đặc điểm các chu kỳ ngủ

c. phân biệt các giải thích về chu kỳ ngủ

11.5. Sinh lý học giấc ngủ

a. nhận dạng những cấu trúc sinh lý chính liên quan đến giấc ngủ

b. mô tả nghiên cứu các quá trình ngủ

c. phác họa hậu quả chính khi tước đoạt hay hạn chế ngủ

11.6. Lý thuyết giấc mơ

a. mô tả nghiên cứu giấc mơ

b. phác họa các thuyết giấc mơ chính

c. đánh giá các thuyết giấc mơ

11.7. Lý thuyết thôi miên

a. mô tả mô hình thôi miên của Hilgard

b. đánh giá chứng cứ thôi miên như một trạng thái đặc biệt

c. nhận dạng cơ chế xã hội góp phần vào kinh nghiệm thôi miên

11.8. Hiện tượng thôi miên

a. nhận dạng các loại hiện tượng thôi miên

b. mô tả nghiên cứu hiện tượng thôi miên

c. đánh giá chứng cứ các loại hiện tượng thôi miên khác nhau

Một trong những đặc điểm dễ phân biệt ở con người là chúng ta nhận biết được ý thức của riêng mình. Nhưng cố gắng nhận dạng và phân loại ý thức thật không dễ. Trong chương này, chúng ta sẽ khảo sát một số nghiên cứu các hình thức ý thức khác nhau và ảnh hưởng của các loại thuốc tác động đến trí tuệ đối với não. Chúng ta cũng xét đến vấn đề thôi miên thường gây tranh luận – ở điểm thôi miên có tác dụng gì và thực sự có phải là một trạng thái ý thức đặc biệt shay không. Chúng ta cũng xét đến một số thay đổi thông thường trong ý thức kể cả nghiên cứu tâm lý giấc ngủ, giấc mơ và thôi miên.

Ý THỨC

Chúng ta liên tục trải qua những thay đổi trong ý thức. Tất cả chúng ta đều trải qua những tâm trạng khác nhau ảnh hưởng đến thế giới quan của mình, tất cả chúng ta đều trải qua những thay đổi trong ý thức do một số loại thuốc – cũng như việc sử dụng chất caffeine làm chúng ta thức giấc vào buổi sáng. Trong nhiều cách, ý thức là một trong những thuộc tính khó hiểu nhất trong tất cả các thuộc tính ở con người – hay ít ra cũng có nhiều tài liệu khó hiểu viết về ý thức.

Trong thời gian đầu xuất hiện môn tâm lý học, ý thức được xem là trọng tâm của môn học. Các nhà tâm lý học nội quan xem nghiên cứu suy nghĩ là yếu tố quan trọng khi tìm hiểu mọi vấn đề về con người và họ cho rằng phân tích kinh nghiệm ý thức cẩn thận sẽ giúp khám phá hoạt động suy nghĩ.

Như chúng ta đã biết trong Chương 1, quan điểm này bị nhóm nhiều phát triển lý thuyết không thừa nhận và nhất là hai quan điểm đối lập nhau giữa **phân tâm học** và **thuyết hành vi.** Freud cho rằng phần lớn hoạt động suy nghĩ mang tính tiềm thức, diễn ra không có sự nhận biết của cá nhân, đặt nghi vấn đối với quan niệm cho rằng nội dung ý thức có thể tiếp cận bằng phép nội quan, trong khi thuyết hành vi khẳng định rằng hành vi con người có thể xem là kết quả của biến đổi điều kiện ngoại cảnh kích thích – phản ứng đặt nghi vấn về tầm quan trọng của khái niệm ý thức theo cách thậm chí cơ bản hơn.

Trong thời gian gần đây hơn, các nhà tâm lý học dần dần phủ nhận toàn bộ quan điểm về ý thức theo thuyết hành vi, và có nhiều nỗ lực nghiên cứu ý thức. Mặc dù, như bạn hình dung đây là một khái niệm không dễ. Ý thức có vẻ phục vụ một chức năng quan trọng giúp chúng ta chọn hành động của mình. Bằng cách cân nhắc tình huống chúng ta sẽ chọn điều mình thích làm. Ý thức cũng giúp chúng ta thay đổi hay sửa đổi hành vi của mình nếu nhận thấy rằng mình đang hành động không phù hợp. Bằng cách nhận dạng điều gì đang diễn ra, cho chúng ta thấy mình gặp nhiều thử thách.

NGHIÊN CỨU Ý THỨC

Ý thức được nghiên cứu theo nhiều cách. Có những nghiên cứu sinh lý học về ý thức và hoạt động thần kinh, nghiên cứu sự tước đoạt nhận cảm và ở những người có vẻ có khả năng phản ứng đối với kích thích thị giác cho dù họ khiếm thị, nghiên cứu đến tác động của các loại thuốc ảnh hưởng đến ý thức khác nhau, và thậm chí nghiên cứu thôi miên có thể (hay không thể) xem là một hình thức ý thức đặc biệt. Chúng ta sẽ khảo sát những cách nghiên cứu ý thức khác nhau này thật chi tiết trước khi trở lại vấn đề phức tạp: lý thuyết ý thức.

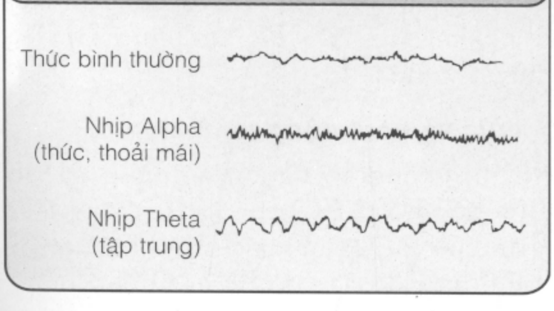
Ý thức và hoạt động thần kinh

Nhận xét những người sử dụng số đo **điện não đồ (EEG)** chứng tỏ những loại nhận biết chủ quan khác nhau được phản ánh ở mức độ nào đó trong EEG. Những người có trạng thái tỉnh táo, nhanh nhẹn có mẫu EEG không đều trong khi những người hay mơ mộng hay trong trạng thái ý thức nhưng thoải mái có mẫu hoạt động EEG rất đều còn gọi là **nhịp alpha.** EEG ghi được khi những người tham gia nghiên cứu cực kỳ tập trung chú ý cũng biểu hiện một hình thức khác thường gọi là mẫu **nhịp theta** (Hình 11.1). Chúng ta sẽ biết ở cuối chương này, những người có các mức ngủ khác nhau cũng có các mẫu EEG khác nhau. Vì thế có một ý kiến cho rằng EEG rất có ích trong việc nhận dạng trạng thái hoạt bát chung mặc dù không hẳn cho chúng ta biết nhiều hơn là sự ước đoán.

Kỹ thuật khác nghiên cứu ý thức dựa vào nghiên cứu não của Penfield và Rasmussen (1950), chứng minh rằng kích thích các vùng khác nhau trên não có thể tạo ra những hình thức hành vi hay kinh nghiệm khác nhau ở một bệnh nhân còn tỉnh. Penfield cho rằng kiểm soát ý thức phần lớn được định vị trong vùng đồi thị và phần phía trên cuống não. Điều này dựa trên cơ sở cho rằng động vật có vỏ não bị cắt bỏ vẫn còn biểu hiện ý thức trong khi cuống não bị cắt bỏ thì mất ý thức. Nhưng, như chúng ta biết, thực ra không thể xác định chính xác việc cắt bỏ một bộ phận não cụ thể mang nghĩa một chức năng hoạt động nào đó, vùng có thể là một bộ phận trong một quá trình phức tạp hơn chứ không phải là vị trí trong não định vị chức năng cụ thể.

Để ủng hộ quan điểm cho rằng ý thức liên quan đến chức năng hoạt động chung của não, Gazzaniga và Sperry (1967) tiến hành nhiều **nghiên cứu tách não** chứng minh rằng hai nửa não dường như có khả năng hoạt động ít nhiều độc lập, mỗi nửa có vẻ mang hình thức ý thức khác nhau (xem Chương 10). Miêu tả mang tính giai thoại từ bệnh nhân tách não cung cấp nhiều minh họa về một bộ phận trong não ra quyết định độc lập với bộ phận khác. Chẳng hạn một phụ nữ đã qua phẫu thuật tách não nhận thấy đôi lúc mình đi đến tủ quần áo với suy nghĩ có ý thức mình sẽ mặc quần áo gì (có lẽ từ bán cầu trái), trong khi nhận thấy tay trái của mình (do bán cầu phải kiểm soát) chọn một trang phục hoàn toàn khác. Loại mất liên kết này không có vẻ là khác thường ở bệnh nhân tách não, mặc dù khó nghiên cứu có hệ thống. Loại này thực ra không giúp chúng ta phân tích ý thức là gì và ý thức ở đâu nhưng cho chúng ta biết ý thức không hẳn đơn thuần là chức năng của cuống não.

Hình 11.1 Mẫu điện não đồ ý thức



Cảm giác và ý thức

Vào cuối thập niên 1960 và 1970, nhiều thí nghiệm **tước đoạt nhận cảm** được tiến hành. Trong những thí nghiệm này, người tham gia nghiên cứu được đặt vào các bồn nước thả nổi được thiết kế đặc biệt nhằm làm giảm và có thể loại bỏ thông tin nhận cảm. Vì thế, người tham gia sẽ nhét gòn vào tai để khỏi nghe tiếng động, họ nổi trong nước và mang vật độn để loại bỏ những cảm giác xúc giác, bị bịt mắt, bịt mũi để loại bỏ cảm giác khứu giác hay vị giác. Những người trải qua thí nghiệm này báo cáo các mức ý thức khác nhau và cảm giác sâu sắc về sự tự nhận biết mình (Lilly, 1977).

Những người tham gia nghiên cứu khác tham gia nghiên cứu tước đoạt nhận cảm kể lại ảo giác và các kinh nghiệm xúc cảm hay nhận cảm khác, có nhiều tranh luận đáng kể về lý do xảy ra những kinh nghiệm này. Một giả thuyết cho rằng những điều này diễn ra vì não không thể duy trì ý thức nếu không có đầu vào nhận cảm liên tục, vì thế não phải tạo ra đầu vào nhận cảm theo cách tổng hợp. Các nhà tâm lý học khác cho rằng không phải tất cả những người tham gia nghiên cứu đều bị ảo giác và những người bị là vì sự lo âu nội tâm đã có từ trước thay vì họ nghĩ mình lo âu.

Nghiên cứu sự tước đoạt nhận cảm qua thời gian trở nên kém thịnh hành nhưng quan niệm cho rằng đầu vào nhận cảm bị hạn chế sẽ giúp bộ não tiếp cận đến các mức ý thức sâu hơn được các nhà nghiên cứu cận tâm lý tán thành. Một số nhà nghiên cứu cận tâm lý hiện đại sử dụng kỹ thuật gọi là **kỹ thuật ganzfeld** để tạo ra các điều kiện gần giống sự tước đoạt nhận cảm. Cũng có ý kiến cho rằng việc giảm kích thích không liên quan theo cách này giúp người tham gia nghiên cứu tập trung rõ ràng hơn vào tính tự chủ hay ấn tượng ngoài nhận cảm bất kỳ. Chúng ta khảo sát nghiên cứu này chi tiết hơn trong chương sau.

Chứng mù và chứng quên

Một tiếp cận khác trong tìm hiểu ý thức xuất hiện từ nghiên cứu hiện tượng gọi là chứng mù. **Chứng mù** xảy ra khi vỏ thị giác, còn được gọi là vỏ vân bị thương tổn. Như Holmes chứng minh trong nghiên cứu binh sĩ bị mảnh đạn làm chấn thương, thương tổn ở vùng này gây chứng mù, và mức độ chứng mù tương ứng với mức độ thương tổn ở vùng ấy. Vị trí chứng mù– dù nằm trong thị trường trái, phải hay trên, dưới – cũng tùy thuộc vào vị trí thương tổn.

Mặc dù vỏ vân không phải là bộ phận duy nhất trong não tiếp nhận thông tin thị giác. Võng mạc có 5, 6 tuyến khác đối với thông tin thị giác và những thông tin này đi đến các cấu trúc khác trong não. Vì thế thông tin thị giác về vùng bị mù vẫn đang được tiếp nhận nhưng không phải trong vỏ vân. Nghiên cứu ban đầu ở khỉ cho thấy chúng vẫn còn khả năng phản ứng đối với thông tin thị giác ngay cả khi bị cắt bỏ vỏ vân hoàn toàn. Chúng có thể dò tìm những sự kiện thị giác hay thậm chí tiến hành sự phân biệt theo mẫu đơn giản một không hoàn hảo như khi thị giác bình thường khác.

Thí nghiệm này dẫn đến việc nghiên cứu con người bị thương tổn ở vỏ vân. Pưppel, Held và Frost (1973) nhận thấy những người này thường có khả năng phản ứng đối với kích thích thị giác trong vùng bị mù. Nhưng họ không thể phản ứng có ý thức. Thay vào đó, các nhà nghiên cứu cần biến cuộc nghiên cứu của mình thành trò chơi, yêu cầu người tham gia "đoán" những gì họ có thể nhìn thấy. Họ nhanh chóng nhận thấy rằng người tham gia có khả năng tìm thấy sự kiện thị giác, phân biệt các mẫu, chẳng hạn mẫu gạch ô theo chiều dọc hay chiều ngang và bằng cách chỉ tay lần theo đối tượng đang di chuyển. Các nhà nghiên cứu khác cũng có tiếp cận tương tự với kết quả tương tự.

Cho dù có thể làm được những điều này nhưng người bị thương tổn vỏ vân hoàn toàn không biết mình đang phản ứng với điều gì. Hiện tượng gọi là chứng mù vì những người như thế bị mù theo nghĩa họ hoàn toàn không ý thức mình nhìn thấy sự vật nhưng có thể dò tìm và phản ứng với các kích thích trong vùng đó. Weiskrantz (1980) nghiên cứu nhiều trường hợp người bị chứng mù và phát hiện họ có khả năng dò tìm hoàn toàn khác nhau, nhưng sự khác nhau này có vẻ liên quan mật thiết với thương tổn ở vùng quanh vỏ vân (chấn thương não thường không được định vị chính xác).

Chứng mù không phải là trường hợp duy nhất nơi con người để lộ khả năng mà họ không nghĩ mình đang có. Paillard, Michel và Stelmach (1983) nghiên cứu trường hợp "mù xúc giác", ở cá nhân bị thương tổn vùng vỏ vận động nhận cảm, không hề biết vùng tương ứng trên da bị đụng chạm đến lúc nào. Nhưng nếu yêu cầu bệnh nhân "đoán" liệu có sự tiếp xúc với da hay không thì bệnh nhân phản ứng chính xác hơn trước nếu thực sự bị mất cảm giác.

Những người mắc chứng **hay quên** do thương tổn vỏ não cũng biểu hiện một loạt đặc điểm tương tự. Mặc dù họ không thể nhớ thông tin mới có ý thức nhưng thường thể hiện sự lưu giữ trí nhớ tốt với điều kiện thí nghiệm không yêu cầu họ biết rằng mình đã nhớ! Warrington và Weiskrantz tóm tắt các nhiệm vụ nhớ mà bệnh nhân hay quên đạt được, và cho thấy đây là một bảng liệt kê ấn tượng. Bảng 11.1 trích dẫn một số, tuy nhiên chính bệnh nhân hoàn toàn không biết thông tin mình đã nhớ.

Vấn đề mô tả đặc điểm tất cả những nhiệm vụ nhớ này và những nhiệm vụ khác cũng có chứng cứ tương tự là có thể tiến hành không phải hỏi cá nhân trực tiếp liệu họ có nhớ thông tin hay không. Yêu cầu họ kể lại những gì họ đã nhớ cho thấy không có trí nhớ kinh nghiệm có ý thức, nhưng yêu cầu họ thực hiện các nhiệm vụ cụ thể cho thấy một số trí nhớ chắc chắn tồn tại nhưng hoàn toàn theo tiềm thức.

Bảng 11.1 Một số nhiệm vụ nhớ được bệnh nhân hay quên thực hiện thành công

Tập quen kỹ năng vận động (như theo dõi bảng phân công)
Tập quen phân biệt thị giác
Nhớ từ và hình ảnh được gợi ý
Tập quen liên tưởng từng cặp bằng lời theo quy tắc
Nhận thức lập thể ảnh lập thể có dấu chấm ngẫu nhiên
giải câu đố
sắp xếp từ cụ thể thành câu
biến đổi điều kiện ngoại cảnh mí mắt cổ điển
giải bài toán
đọc qua gương

Nguồn: Warrington và Weiskrantz, 1982

LÝ THUYẾT Ý THỨC

Như chúng ta đã biết, có nhiều cách ảnh hưởng đến ý thức, từ tác động sinh lý thuần túy của thuốc cho đến những vấn đề phức tạp liên quan đến giấc ngủ và giấc mơ, và thậm chí những vấn đề phức tạp hơn như thôi miên. Tuy nhiên giải thích ý thức thực sự là gì lại là một vấn đề khác.

Các thành phần ý thức

Wilhelm Wundt (1862) theo thuyết nội quan cố gắng phân tích ý thức bằng cách rèn luyện người tham gia nghiên cứu mô tả cảm giác, cảm nghĩ và hình ảnh trong suy nghĩ của riêng mình. Wundt cho rằng có hai loại "thành phần" khác nhau cấu thành ý thức. Thứ nhất là **thành phần bên ngoài** hay cảm giác từ thế giới bên ngoài bao gồm kinh nghiệm xã hội cũng như sự tương tác với các quá trình và đối tượng cụ thể. Thứ hai là **thành phần bên trong** bao gồm cảm nghĩ và cảm xúc phát sinh trong cá nhân ấy.

Wundt nghĩ rằng sự nhận biết phát sinh từ sự tổng hợp sáng tạo giữa hai loại thành phần, hình thành các phức hợp mới mà ông mô tả là **phức hợp kinh nghiệm.** Mô hình này giống với ngành hóa học: Wundt xem "thành phần" bên ngoài và bên trong giống như các nguyên tố hóa học, và "phức hợp kinh nghiệm" có thể so sánh với thành phần phân tử cấu thành vật chất hàng ngày như chúng ta đã biết.

Tiếp cận ý thức theo thuyết tiến hóa

Một số nhà nghiên cứu cho rằng ý thức phải phát triển trong **bối cảnh tiến hóa** tạo lợi thế cho một cơ thể sống sở hữu nó. Theo quan niệm này, ý thức cung cấp một lợi thế sống còn cho loài người bằng cách giúp con người giám sát môi trường có những mối đe dọa để dự phòng. Điều này có thể làm phát triển nhiều cách đối phó hiệu quả hơn đối với những mối đe dọa như thế hay tìm cách tránh chúng. Nếu thế, có lẽ chúng ta cho rằng ý thức chắc chắn phát triển trong một môi trường đang thay đổi nhanh chóng nơi những loại đe dọa mới phát triển và các mẫu hành vi được kế thừa cứng nhắc sẽ không còn phù hợp nữa.

Humphrey (1976) cho rằng ý thức phát triển do tính phức tạp xã hội. Con người là những sinh vật xã hội, và yêu cầu của đời sống xã hội cực kỳ phức tạp. Chúng ta thường lưu giữ trí nhớ và biểu đồ cá nhân về vài trăm cá thể khác, mỗi cá thể có thể phản ứng đối với các sự kiện theo cách riêng của mình. Chúng ta có thể áp dụng hiểu biết của mình về những cá thể này để dự đoán phản ứng của họ, và chúng ta cũng (thường) sử dụng hiểu biết xã hội của mình để đảm nhận việc thủ vai và đảm bảo rằng sự tương tác diễn ra trôi chảy hợp lý. Tất cả điều này theo Humphrey dẫn đến sự phát triển thái độ tự nhận biết mình và ý thức.

Ý thức như sự giám sát

Weiskrantz (1988) không đồng ý với quan điểm Humphrey, nêu rõ rằng phần lớn hành vi xã hội của chúng ta, cho dù phức tạp, được thực hiện theo cách tự động, không cần suy nghĩ. Ngoài ra, có nhiều sinh vật tham gia vào quần thể xã hội phức tạp nhưng không có ý thức, loài kiến là một minh họa điển hình. Dựa vào nghiên cứu chứng mù và chứng quên chúng ta vừa khảo sát, Weiskrantz cho rằng ý thức thực ra là một hệ thống giám sát riêng biệt giúp chúng ta nhận biết mình đang làm gì hay từng trải điều gì. Nhưng hầu hết hoạt động thường nhật của chúng ta diễn ra không liên quan đến hệ thống giám sát ấy.

Ngoài ra, Weiskrantz còn cho rằng khi hoạt động trở nên quen thuộc, không cần hệ thống giám sát nữa: chúng ta không suy nghĩ có ý thức về thông lệ của cơ bắp tự chủ trong động tác bước đi, nhưng lúc đầu, chắc chắn chúng ta thích nghi về những thông lệ cơ bắp tương tự khi trượt ván tuyết. Tuy nhiên khi khéo léo hơn trong động tác, ngày càng ít để ý đến hoạt động cơ bắp hơn cho đến khi đã thành thạo thì ít nhiều trở thành tự chủ. Weiskrantz cho rằng vùng chiếu nhận cảm của vỏ não thực ra là hệ thống giám sát kinh nghiệm của chúng ta, chứ không phải sự kiểm soát thần kinh là tâm điểm đối với chính hoạt động, chính chúng liên quan đến ý thức – hay ít ra, trong nhận biết cảm giác hay hành động có ý thức. Chúng ta sẽ thấy trong Chương 10, chúng cũng là một bộ phận trong não phát triển trong thời gian gần đây nhất.

Thuyết ý thức của Sommerhoff

Một phần của vấn đề tìm hiểu ý thức như chúng ta đã biết, là phải tính đến vấn đề phần lớn hành động chúng ta đang làm đều vô thức. Sommerhoff (1996) phát triển mô hình ý thức dựa trên một dãy thông tin sinh học, thần kinh học và tâm lý học. Giống như Weiskrantz, Sommerhoff thừa nhận có những lớp hoạt động thần kinh không xảy ra trong ý thức, có thể trực tiếp góp phần vào kinh nghiệm ý thức của chúng ta hay có thể hướng dẫn hoạt động cụ thể nhưng bản thân chúng ta không nhận biết về nó có ý thức.

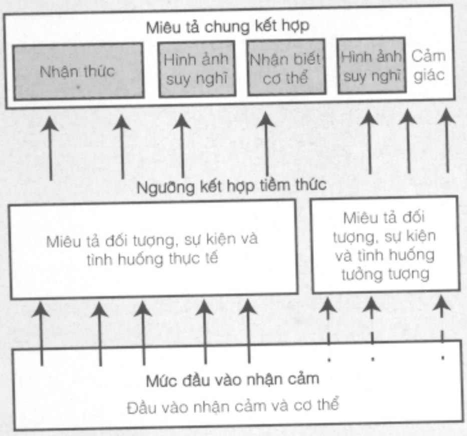
Sommerhoff cho rằng não có nhiều lớp trình bày thực tại, với lớp ý thức nằm trên cùng. Sommerhoff định nghĩa ý thức *"sự nhận biết thế giới chung quanh, bản thân, suy nghĩ và cảm xúc của một người"* (Sommerhoff, 1996: 142). Nhưng hoạt động tâm thần không phải tất cả đều có liên quan đến nhận thức: có nhiều hoạt động xảy ra trong các lớp khác. Sommerhoff cho rằng lớp dưới cùng hay mức cơ sở bao gồm đầu vào. Một số đầu vào này là đầu vào nhận cảm, đến từ thế giới bên ngoài. Một số là đầu vào từ cơ thể đến từ cử động và động tác của cơ thể. Các đầu vào khác là đầu vào sinh lý và vận động từ tình trạng chung của cơ thể.

Não chuyển đổi thông tin từ những đầu vào này thành trình bày suy nghĩ. Sommerhoff mô tả ba loại miêu tả này. Thứ nhất, nhóm A, gồm sự miêu tả đối tượng, sự kiện hay tình huống trong thực tế, phần lớn lấy từ những đầu vào nhận cảm bên ngoài do lớp cơ sở tiếp nhận. Nhóm B miêu tả đối tượng, sự kiện, tình huống tưởng tượng, phần lớn bao gồm hình ảnh suy nghĩ nhưng cũng bao gồm việc miêu tả kết quả hành động của chúng ta theo dự định. Trái lại trình bày thuộc nhóm C liên quan đến tình trạng hiện tại của cơ thể sống, sự miêu tả bên trong hay tác nhân kích thích riêng lẻ, vốn là một phần trong tình trạng hiện tại ấy. Nhóm này cũng bao gồm miêu tả tình trạng não cụ thể hay các sự kiện về não trong nhóm loại A hay B, cũng được kết hợp thành nhận thức chung về tình trạng của bản thân.

Ý thức theo Sommerhoff gồm **sự miêu tả chung kết hợp (IGR)** về thế giới. Đây là mô hình thế giới chức năng, giúp cá nhân hoạt động theo cách thích hợp với tình huống hiện tại, cho dù tình huống ấy không được dự đoán trước hay không ngờ tới. Thực ra đây là sự giải quyết điều không ngờ của IGR: chúng ta không chú ý đến những khía cạnh ấy trong môi trường diễn ra đúng theo như dự đoán. Nhưng nếu có việc gì đó khác với mong đợi thì chúng ta tập trung về việc ấy và luôn có ý thức về nó.

Trong mô hình của Sommerhoff, sự miêu tả chung kết hợp bao gồm miêu tả nhóm C. Sự miêu tả chung kết hợp là mức độ ý thức hoạt động của bộ não: đây là sự nhận thức về bản thân và sự nhận thức ấy liên quan đến cách chúng ta định vị trong thế giới, cách hoạt động chức năng và có thể tiếp tục hoạt động chức năng ra sao. Nhưng ý thức cũng dựa vào miêu tả diễn ra ở mức độ thấp hơn, vô thức. Theo Hình 11.2, nhóm miêu tả A và B được duy trì ở mức tiềm thức: chúng không phải là bộ phận ý thức trực tiếp mặc dù như chúng ta đã biết, chúng góp phần vào đầu vào nhóm C. Nhưng cũng liên kết trực tiếp với hành động, không phải qua ngưỡng ý thức, và điều này là cách hành động tự chủ chẳng hạn như lái xe có thể thuộc dưới ngưỡng nhận thức, vẫn còn hiệu quả.

Hình 11.2 Mô hình ý thức của Sommerhoff



Lập mô hình là một công việc phức tạp, hiện nay một mô hình bất kỳ được phát triển cần phải điều chỉnh để giải thích thông tin mới do giới nghiên cứu khám phá. Nhưng thuyết của Sommerhoff thực sự giúp chúng ta phát triển một bức tranh chung về sự hoạt động của ý thức trong bộ não, chúng ta ý thức ra sao nhưng đồng thời cũng không ý thức đối với quá nhiều sự việc đang diễn ra quanh mình. Điều quan trọng là thuyết cũng giúp chúng ta kết hợp các trạng thái cảm xúc và động cơ thúc đẩy vào bức tranh ý thức.

THUỐC TÁC ĐỘNG ĐẾN TRÍ TUỆ VÀ Ý THỨC

Thuốc tác động đến trí tuệ là thuốc ảnh hưởng đến tâm thần của cá nhân: trực tiếp làm thay đổi tâm trạng hay cách phản ứng của cá nhân đối với môi trường. Nói chung, thuốc tác động đến trí tuệ tạo ra tác động vì chúng ảnh hưởng đến cách truyền đạt của các nơron với nhau trong liên khớp thần kinh. Vì thế, nếu muốn hiểu quá trình này đầy đủ, chúng ta cần phải khảo sát các xung thần kinh được truyền từ nơron này sang nơron khác ra sao, có nghĩa là phải hiểu về hóa học và hoạt động của liên khớp thần kinh.

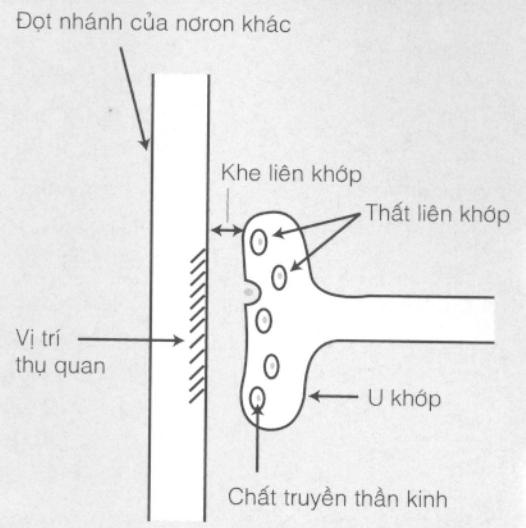
Liên khớp thần kinh

Mỗi nơron đều có nhiều nhánh còn gọi là đọt nhánh, dùng để chuyển thông tin từ nơron này đến nơron kế tiếp. Thông thường, đọt nhánh sẽ có một mấu nhỏ ở đầu còn gọi là **u khớp** hay nút khớp, cũng có một hay nhiều chỗ đặc biệt dọc theo chiều dài của nó gọi là **vị trí thụ quan.** Những vùng này tương hợp từ nơron này đến nơron kế tiếp: u khớp trên một nơron sẽ được định vị ngay đối diện với vị trí thụ quan trên một nơron khác.

Khi nơron bị kích thích, xung điện chạy dọc theo đọt nhánh đến u khớp, tạo ra một số **thất liên khớp** trên u để làm vỡ và làm chảy hóa chất nó chứa đựng bên trong ra ngoài. Hóa chất còn gọi là **chất truyền thần kinh**, chảy vào khe liên khớp, hay khoảng hở giữa hai nơron, sau đó được tiếp nhận ở vị trí thụ quan nằm trên nơron kế tiếp (Hình 11.3). Một khi được tiếp nhận, một chất truyền thần kinh bất kỳ còn nằm trong khe liên khớp sẽ được loại bỏ. Đôi khi nó được enzyme phân nhỏ. Trường hợp khác, được u khớp tiếp nhận trở lại và được "tái chế". Thuốc tác động đến trí tuệ là thuốc ảnh hưởng đến những quá trình này.

Khi được tiếp nhận ở vị trí thụ quan, chất truyền thần kinh có hai tác dụng, kích thích hoạt động của nơron tiếp nhận làm cho nơron có khả năng phản ứng nhiều hơn, hay kiềm chế hoạt động của nơron tiếp nhận, làm nơron này kém phản ứng hơn. Một liên khớp thần kinh cụ thể luôn có chung tác dụng, vì thế loại liên khớp thần kinh thứ nhất còn gọi là **liên khớp thần kinh kích thích**, loại thứ hai gọi là **liên khớp thần kinh ức chế.**

Hình 11.3 Khớp thần kinh



Nếu chất truyền thần kinh được tiếp nhận ở một vị trí thụ quan kích thích thì nó sẽ phân cực màng thần kinh, làm cho màng mang tính thẩm thấu nhiều hơn, cho phép các phần tử phóng điện đi qua. Điều này dẫn đến sự trao đổi nhanh giữa các ion sodium và chloride từ bên ngoài tế bào, với các ion kali từ bên trong và tạo ra một **điện thế tác động** – mỗi phút phóng điện khoảng 40 millivolt, diễn ra trong khoảng một nửa của phần triệu giây (chúng ta nghiên cứu chi tiết điều này trong Chương 12). Thụ cảm ức chế có tác dụng làm tăng sự phân cực ở màng tế bào chứ không làm giảm, vì thế điện thế tác động có ít khả năng xảy ra hơn.

Có ba loại chất truyền thần kinh chính: các amin nguồn gốc sinh vật, axít amin và amino peptides. Phần lớn trong số này là những hóa chất thực hiện chức năng hoàn toàn khác nhau khi được sử dụng ở các bộ phận khác nhau trên cơ thể – cơ thể thường sử dụng cùng loại hóa chất trong nhiều mục đích khác nhau. Mặc dù có hơn 90 chất khác nhau được sử dụng làm chất truyền thần kinh nhưng những chất truyền thần kinh nổi tiếng nhất và có lẽ thông dụng nhất được liệt kê trong Bảng 11.2.

Bảng 11.2 Một số chất truyền thần kinh chính

Acetylcholine	Chất truyền thần kinh tìm thấy ở lá cuối thần kinh vận động, chuyển thông tin từ não đến cơ. Hoạt động của nó bị ức chế hay bị các loại thuốc khác nhau từ nicotine cho đến hơi cay làm rối loạn.
Dopamine	Tìm thấy trong hệ thần kinh trung ương, kết hợp với các tuyến động cơ thúc đẩy và tưởng thưởng. Rối loạn gọi là bệnh Parkinson thường đi kèm với lượng dopamine trong não giảm sút.
Noradrenaline và serotonin	Đi kèm với xúc cảm và những rối loạn cảm xúc như hưng - trầm cảm. Những chất truyền thần kinh này được phóng thích với số lượng lớn trong các cơn co giật động kinh. Chúng tỏ ra công hiệu trong việc điều trị trầm cảm dai hạn: thuốc chống trầm cảm ba chu kỳ có tác dụng ngăn cản sự tái hấp thu các chất truyền thần kinh này sao cho chúng hoạt động lâu hơn nữa.
Endorphin và enkephalin	Đi kèm với hoạt động phân chia giao cảm của ANS. Về mặt chủ quan chúng tạo ra cảm giác lâng lâng và khỏe mạnh là do hoạt động của những chất truyền thần kinh này nên đôi lúc con người trong thời điểm đánh thức cực độ hay trong hoạt động căng thẳng không cảm thấy đau đớn.
Glutamate	Đây là những chất truyền thần kinh rất phổ biến trong não – có lẽ thường gặp nhất. Chúng có vẻ hoạt động như chất truyền thần kinh kích thích nói chung, kích hoạt nơron hoạt động, tác dụng của chất gây nghiện caffeine đi kèm với tác dụng của lượng glutamate gia tăng trong não.

Chất truyền thần kinh từ đâu đến

Chất truyền thần kinh được các nơron tổng hợp từ các hóa chất trong chế độ ăn uống đưa vào não. Chẳng hạn acetylcholine được tổng hợp từ choline, tìm thấy trong sữa và cái hoa. Đến lượt choline có thể tổng hợp từ lecithin có trong nhiều thực phẩm khác như lòng đỏ trứng, gan, đậu nành, lạc và bơ.

Tương tự, chất truyền thần kinh serotonin được tổng hợp từ axít amin tryptophan, có trong thực phẩm giàu chất đạm như thịt. Nhưng điều này không có nghĩa là ăn thịt sẽ làm tăng số lượng serotonin trong não. Nếu ăn thịt, lượng tryptophan đến não thực ra rất thấp vì tryptophan phải cạnh tranh với một số axít amin khác có trong cùng loại thức ăn. Nói chung phải kết hợp ăn thịt với các chất xơ.

Các chất xơ kích thích cơ thể tạo ra insulin, "nắm bắt" axít amin và đưa chúng ra khỏi mạch máu, đưa vào cơ thể để có nhiều sử dụng khác. Do đó đối với tryptophan ít có sự cạnh tranh hơn, vì thế sau cùng đến não nhiều hơn.

Một số loại chất truyền thần kinh trải qua chuỗi tổng hợp phức tạp hơn. Chẳng hạn, ba chất truyền thần kinh gọi là catecholamine đều có cùng nguồn gốc hóa học nhưng phải trải qua nhiều bước khác nhau. Một số nơron có khả năng tổng hợp dopamine từ các axít amin phenylalanine và tyrosine. Một số nơron khác cũng làm điều này nhưng cũng có một enzyme đặc biệt chuyển dopamine thành noradrenaline, trong khi một loạt nơron thứ ba tạo ra noradrenaline nhưng sau đó chuyển nó thành adrenaline.

Hầu hết chất truyền thần kinh thực ra được tổng hợp trong u khớp, mặc dù không phải lúc nào cũng được tổng hợp trong các thất liên khớp. Đôi lúc có vẻ chất truyền thần kinh từ màng tế bào rỉ vào khe liên khớp. Các chất truyền thần kinh khác được tổng hợp ở các bộ phận nơron khác: chẳng hạn, peptide luôn được tổng hợp trong thân tế bào vì thế chúng di được một quãng dài trước khi được phóng thích vào liên khớp thần kinh.

Tác động của thuốc đến trí tuệ

Thuốc tác động đến liên khớp thần kinh theo nhiều cách khác nhau. Một số loại tác động đến nơron liên khớp thần kinh trước – nơron phóng thích chất truyền thần kinh. Do đó chất truyền thần kinh được tạo ra ít hay nhiều hơn. Những thuốc khác tác động ở u khớp ngăn cản sự phóng thích chất truyền thần kinh vào khe liên khớp. Các thuốc khác (chẳng hạn hầu hết các thuốc chống trầm cảm) tác động phá hủy enzyme đang phân nhỏ chất truyền thần kinh sau khi được phóng thích. Điều này có nghĩa chất truyền thần kinh vẫn còn nằm trong khe liên khớp, và tiếp tục tác động đến nơron kế tiếp lâu hơn nữa. Một số thuốc (như thuốc phiện) có tác động bằng cách "bắt chước" hóa chất của chất truyền thần kinh và được tiếp nhận ở vị trí thụ quan. Mỗi vị trí thụ quan nhạy cảm với cấu trúc hóa học của một chất truyền thần kinh cụ thể nhưng nếu thuốc có cấu trúc hóa học giống hệt thì đôi khi cũng thích hợp với vị trí thụ quan – giống như các chìa khóa đôi lúc mở được ổ khóa khác nếu hai ổ khóa giống hệt nhau.

Có nhiều loại thuốc tác động đến trí tuệ khác nhau, gồm thuốc tác động đến hệ thần kinh ngoại vi – hệ thống gồm các nơron vận động và nhận cảm liên kết các thụ quan cảm giác và cơ bắp với hệ thần kinh trung ương, thuốc an thần và thuốc giảm đau, chất kích thích, thuốc phiện và chất gây nghiện và các thuốc tạo ảo giác (xem Bảng 11.3). Mỗi loại thuốc này đều tác động đến ý thức vì thế chúng ta khảo sát hoạt động của chúng trước khi quay về nghiên cứu vấn đề phức tạp: ý thức là gì.

Thuốc ảnh hưởng đến hệ thần kinh ngoại vi

Có nhiều loại thuốc ảnh hưởng đến hệ thần kinh ngoại vi, kiềm chế hoạt động nhạy cảm như thuốc gây mê cục bộ do các bác sĩ sử dụng hay bằng cách tác động đến hoạt động vận động. Nhựa độc curare, hơi cay của quân đội, một số loại thuốc sát trùng và botulinum toxin đôi khi được tìm thấy trong thịt bị nhiễm độc, tất cả đều có tác động độc hại trực tiếp do **lá cuối thần kinh vận động** tạo ra – một nơi trên sợi cơ tiếp nhận thông tin từ nơron thần kinh.

Lá cuối thần kinh vận động hoạt động giống như liên khớp thần kinh: chất truyền thần kinh acetylcholine được u khớp của nơron vận động phóng thích và được tiếp nhận ở các vị trí thụ quan đặc biệt nằm trên lá cuối thần kinh vận động của sợi cơ. **Nhựa độc curare và botulinum toxin** làm liệt cơ khi được tiếp nhận ở các vị trí thụ quan, vì thế ngăn cản sự hấp thu acetylcholine. **Hơi cay** của quân đội và một số thuốc sát trùng tạo ra các cơn co giật ở cơ bắp không thể kiểm soát vì chúng ngăn không cho chất truyền thần kinh phân nhỏ một khi đã được phóng thích, vì thế tác hại vẫn còn trong thời gian dài.

Chất **nicotine** dùng để tiêu khiển phổ biến, gây nghiện cao cũng tác động đến lá cuối thần kinh vận động. Nicotine, giống như nhựa độc curare (nhưng không mạnh bằng), được tiếp nhận ở các vị trí thụ cảm acetylcholine, cả trong não lẫn trong lá cuối thần kinh vận động. Trong não, nicotine phong tỏa thụ cảm acetylcholine và kích thích chúng nhiều cũng như acetylcholine kích thích. Kết quả, làm cho tim đập nhanh và kích thích các bộ phận trong vỏ não. Ở lá cuối thần kinh

Bảng 11:3 Cơ chế của thuốc kích thích trí tuệ

Thuốc	***Cơ chế***	***Chất truyền thần kinh tham gia***
Thuốc ảnh hưởng hệ vận động		
Nhựa độc	phong tỏa vị trí thụ quan	acetylcholine
botulinum toxin	phong tỏa vị trí thụ quan	acetylcholine
hơi cay và thuốc sát trùng	ngăn cản sự phân chia và tái tạo của acetylcholine	acetylcholine
nicotine	tiếp nhận ở vị trí thụ quan acetylcholine	acetylcholine
Thuốc an thần và thuốc giảm đau		
alcohol	ức chế thụ quan noradrenaline và tạo điều kiện kết hợp GABA	noradrenaline và GABA
diazepam	tạo điều kiện kết hợp GABA ở liên khớp thần kinh ức chế	GABA (axit gamma-aminobutyric)
chlorpromazine	kiềm chế sự phóng thích dopamine	dopamine
cần sa	tiếp nhận ở các thụ quan anandamide	anandamide
beta-blockers	ngăn sự tái hấp thu beta-endorphin	beta-endorphin
Chất kích thích		
caffeine	kiềm chế sự phóng thích adenosine, tăng hoạt động glutamate	glutamate
amphetamines	tăng sự phóng thích dopamine và noradrenaline	dopamine
MDMA (Mê ly ngây ngất)	ngăn sự tái hấp thu serotonin ở liên khớp thần kinh	serotonin
Cocaine (côcain)	ngăn sự tái hấp thu noradrenaline và dopamine	noradrenaline và dopamine
Thuốc phiện và chất gây nghiện		
Thuốc phiện	tiếp nhận ở các thụ cảm endorphine	endorphine
Heroin và morphine	tiếp nhận ở các thụ cảm endorphine	endorphine
Thuốc tạo ảo giác		
Mescaline	tiếp nhận ở các thụ cảm serotonin	serotonin
Psilocybin	tiếp nhận ở các thụ cảm serotonin	serotonin
LSD	tiếp nhận ở các thụ cảm serotonin	serotonin

vận động, nó ngăn cản sự hấp thu acetylcholine trong lá cuối thần kinh vận động, tạo ra chứng cơ ngủ lịm. Chính tác động này nên nhiều người nghiện nicotine cho rằng "giúp họ thư giãn". Tuy nhiên, chứng cơ ngủ lịm và thư giãn hoàn toàn không giống nhau, có nhiều chứng cứ cho thấy cảm giác mệt mỏi chung càng tăng khi dùng nicotine.

Chính vì lý do này nên những người cai thuốc thường cảm thấy bồn chồn, sốt ruột: họ đã quen với phản ứng của cơ bắp ngày càng tăng khi bỏ thuốc. Tác động tương tự có vẻ xảy ra trong hệ thần kinh tự chủ, ở những người bỏ thuốc thường có phản ứng cảm xúc tăng cao. Phản ứng này tạo ra cảm giác khó chịu cũng như sự khoái cảm và tính khí ngày càng tăng. Họ dễ bị bực mình hơn nhưng cũng dễ vui vẻ hơn hay mơ màng hơn.

Thuốc an thần và thuốc giảm đau

Thuốc giảm đau được sử dụng phổ biến nhất là **rượu.** Như caffeine, rượu là một loại thuốc có tác động rất mạnh và chúng ta thường bỏ qua vì rượu được sử dụng trong đời sống hàng ngày. Thuốc an thần có tác dụng hạ thấp mức hoạt động của các thụ quan noradrenaline trong não, tạo ra tình trạng bơ phờ và giảm sút chức năng nhận cảm. Đặc biệt rượu cản trở hoạt động của hệ thần kinh bằng cách ngăn cản lưu lượng ion sodium đi qua màng tế bào và làm bề mặt màng tế bào nở rộng. Rượu cũng ảnh hưởng đến một số vị trí thụ quan khác – vị trí đối với các chất truyền thần kinh GABA – hoạt động như các liên khớp thần kinh ức chế tạo ra sự điềm tĩnh.

Người ta cũng cho rằng rượu trước tiên kiềm chế các liên khớp thần kinh ức chế sau đó đến các liên khớp thần kinh kích thích. Nếu thế, có thể giải thích tác dụng hưng phấn khi uống rượu với liều lượng nhỏ nhưng sẽ có tác dụng an thần nếu uống với liều lớn. Các nhà tâm lý học khác giải thích tác dụng kích thích của rượu là do giảm bớt sự ức chế xã hội khi thuốc an thần làm tăng sự thoải mái. Khả năng có thể thứ ba là tác dụng kích thích thấy rõ của rượu phát xuất từ thuộc tính hay quên: rượu khuyến khích người ta quên đi mọi chuyện, vì thế họ quên hết mọi rắc rối và vui vẻ hơn.

Một tác dụng rất dễ thấy của rượu đối với ý thức là cách rượu làm giảm sút sự đánh giá khó chịu. Chẳng hạn nhiều người cho rằng khi uống rượu vẫn lái xe được mặc dù trong quá trình lái chỉ một lượng rượu rất nhỏ cũng khiến họ có nhiều phán đoán sai lầm. Có vẻ hậu quả của tác dụng ức chế của rượu là con người "bỏ qua" các sai lầm không quan trọng và quên rằng mình đã sai lầm vì thế họ cứ nghĩ mình lái vẫn tốt như trước cho dù điều này không đúng đi nữa.

Sự phổ biến của rượu như một loại thuốc trong xã hội một phần là do tác dụng làm quên của nó. Khi uống rượu, người ta thường quên những lo âu trước mắt, vì thế cảm thấy mình thoải mái hơn. Nhưng nếu uống với số lượng lớn, tác dụng làm quên này của rượu càng mạnh, nghiện rượu dẫn đến **hội chứng Korsakoff,** như chúng ta đã thấy trong Chương 3, con người mất khả năng lưu giữ trí nhớ mới. Nghiện ngập kéo dài cũng khiến cơ thể bị nghiện có những tác dụng phụ cực kỳ khó chịu nếu cá nhân muốn bỏ rượu. Trong điều kiện tệ hại nhất, những tác dụng này bao gồm ảo giác và co giật, thậm chí ở hình thức ôn hòa hơn cũng tạo ra sự khó chịu, cáu kỉnh và cảm giác suy nhược chung.

Các loại thuốc an thần khác gồm thuốc **diazepam** (Valium) và **chlorpromazine** (Largactyl). Diazepam là thuốc an thần, làm giảm hoạt động tự chủ và tạo cảm giác điềm tĩnh, được kê toa quá mức trong thập niên 1960 và 1970, và chỉ sau khi bị phát hiện mang tính gây nghiện, tạo ra những triệu chứng khó chịu ở những người muốn ngưng thuốc đột ngột. Diazepam tác động bằng cách tạo điều kiện hấp thu GABA ở các vị trí thụ quan.

Chlorpromazine là loại thuốc an thần tác động rất mạnh khác dẫn đến trạng thái ngủ lịm và thậm chí mất ý thức. Theo truyền thống, được dùng để trấn an bệnh nhân tâm thần có hành vi quyết liệt mặc dù cũng được sử dụng phổ biến ở các bệnh nhân khác. Tác động của thuốc là ngăn cản sự phóng thích dopamine khỏi các nơron liên khớp thần kinh trước.

Loại ma tuý gây nghiện được sử dụng rộng rãi **marijuana (cần sa)** cũng là một loại thuốc giảm đau, làm chậm thời gian phản ứng và dẫn đến trạng thái bơ phờ. Cần sa sử dụng như thuốc an thần trong thế kỷ 19 và hơn 2000 năm ở Trung Hoa và tiểu lục địa Ấn Độ, mặc dù do sự phát triển của các loại ma túy cụ thể hơn, ngày nay cần sa không được thế giới phương Tây sử dụng để điều trị bệnh nữa. Cần sa không có vẻ tác động mạnh như hầu hết các thuốc tác động đến trí tuệ khác. Hi vọng và bối cảnh có nhiều việc phải giải quyết với những người nghiện cần sa và những người đã thử hút cần sa như loại ma túy giải trí đều báo cáo rằng họ nhận thấy ít hay không có tác dụng gì cả. Đôi lúc người nghiện nặng báo cáo **sự giãn nở thời gian** trong đó thời gian có vẻ trôi qua thật chậm và làm tăng các tác dụng nhận cảm. Nghiện nặng trong thời gian dài cũng có vẻ đi kèm với trầm cảm và bơ phờ mặc dù điều này một phần là do sử dụng thuốc lá để làm phương tiện hút cần sa.

Chúng ta vẫn còn chưa hiểu rõ tác động của cần sa vì lý do chính trị, xã hội, đối với các nhà khoa học thật khó tìm được ngân quĩ nghiên cứu loại ma túy đặc biệt này. Nhưng một manh mối quan trọng xuất hiện khi các nhà khoa học ở Israel phát hiện một hóa chất anandamide có vẻ là chất tự nhiên có cùng tác dụng trong não như THC (tetrahydrocannabinol, thành phần hoạt động của cần sa). Không lâu sau đó, các nhà nghiên cứu Mỹ phát hiện rằng có những thụ cảm cụ thể tiếp nhận anandamide trong tế bào não, ngụ ý rằng những thụ cảm này cũng phản ứng đối với THC (Mestel, 1993).

Chất kích thích

Loại chất kích thích bao gồm caffeine, amphetamine và cocaine. **Caffeine** có tác động mạnh hơn nhiều người nghĩ trực tiếp tác động đến hệ thần kinh trung ương và tự chủ, làm sự đánh thức gia tăng và làm tăng sự kích thích thần kinh. Cách tác động của caffeine là ngăn cản sự phóng thích chất truyền thần kinh adenosine, vốn có tác dụng ngăn cản sự phóng thích chất truyền thần kinh kích thích chẳng hạn như glutamate. Vì thế bằng cách ngăn cản sự phóng thích adenosine, glutamate sẽ kích thích hệ thần kinh theo một loại chung.

Chính vì lý do này nên nhiều người uống caffeine để "hưng phấn trong suốt ngày". Giống như hầu hết các chất kích thích có loại tác dụng này, mặc dù uống nhiều và kéo dài có thể gây nghiện và cũng có tác dụng suy nhược. Đối với mọi người sống "dựa vào thần kinh" liên tục là điều không tốt thường do uống caffeine với liều cao.

Amphetamine có tác dụng ấn tượng hơn caffeine, tạo ra sự hoạt bát ngay lập tức và giảm mệt mỏi. Chúng có tác dụng chính bằng cách gia tăng sự phóng thích dopamine và noradrenaline lưu trữ trong não. Nếu mức của các chất truyền thần kinh này thấp hơn bình thường thì có ít tác dụng, nhưng thông thường não có những chỗ chứa cả noradrenaline lẫn dopamine, vì thế làm tăng sự phóng thích, làm tăng sự hoạt bát và tạo ra sự đánh thức.

Sử dụng amphetamine với liều vừa phải trong Thế chiến II giúp phi công và nhân viên radar duy trì hoạt động trong thời gian rất dài. Amphetamine đôi khi được dùng làm chất ma túy tiêu khiển, ở liều nhỏ tạo ra cảm giác tự tin dễ chịu và gia tăng khả năng hòa đồng. Tuy nhiên sử dụng amphetamine tiêu khiển thường nhanh chóng phải dùng liều cao, người sử dụng rất dễ chấp nhận và rất dễ nghiện. Ngoài ra, sau khi dùng amphetamine với liều cao, người ta thường đi vào **trạng thái trở lại** trầm cảm, vì bộ não không có thời gian để tổng hợp lại noradrenaline đủ nhanh để thay thế số lượng được phóng thích đột ngột như thế.

Sử dụng amphetamine liên tục và thường xuyên làm cho nhận thức thực tại bị rối loạn một cách khó chịu, đôi khi dẫn đến bệnh hoang tưởng (paranoia) nghiêm trọng và một số triệu chứng tâm thần khác. Trong nhiều khía cạnh, những khía cạnh này giống như bệnh tâm thần phân liệt cấp tính. Nguy hiểm khác của việc sử dụng amphetamine thường xuyên là suy nhược cơ thể do thuốc làm cho biếng ăn, vì thế trong thời gian dài bệnh nhân không ăn gì cả. Tất cả những điều này có nghĩa là amphetamine, hay "tốc độ" như đôi khi người ta thường gọi là cực kỳ nguy hiểm đối với mục đích tiêu khiển.

Một loại ma túy phổ biến trong thời gian gần đây là **MDMA** (viết tắt của 3,4-methylenedioxymethamphet-amine), còn gọi là **Ecstasy** (mê ly ngây ngất). Ở liều cao, loại ma túy này dẫn đến nhận thức gia tăng, thậm chí gây ảo giác, mặc dù nói chung có vẻ cảm giác hưng cảm và dễ hòa đồng mạnh. Abbott và Concar (1992) mô tả hoạt động của nó giống như sự phối hợp giữa LSD và amphetamine. Nó tác động trực tiếp đến các tuyến serotonin trong não, ngăn cản sự tái tạo serotonin của u khớp, khiến cho serotonin phải hình thành trong khe liên khớp, và tiếp tục kích thích vị trí thụ cảm nằm trên nơron kế tiếp.

MDMA được tổng hợp lần đầu tiên vào đầu năm 1914, nhưng chỉ được sử dụng phổ biến như một loại ma túy giải trí ở Mỹ trong thập niên 1970. Vì tác dụng **hòa đồng xã hội** nên thậm chí được các chuyên gia tư vấn hôn nhân kê toa để khuyến khích các đôi vợ chồng thân mật với nhau nhiều hơn. Tuy nhiên ngày nay bị cấm ở Mỹ lẫn Anh. Ở Mỹ, MDMA sử dụng như một loại thuốc an thần: trong một nghiên cứu của đại học Stanford năm 1988, Peroutka nhận thấy sinh viên có khuynh hướng sử dụng khi nói chuyện kín đáo với bạn bè cũng như lúc sử dụng cần sa.

Ở Anh, MDMA đi kèm với khiêu vũ và hộp đêm, tạo ra sự đánh thức tự chủ, và khi kết hợp với bài tập căng thẳng, sẽ tạo ra tình trạng thân nhiệt quá nóng, mất nước và thậm chí tử vong do đột quỵ vì nhiệt. Abbott và Concar (1992) báo cáo rằng cũng như nhiều loại thuốc tác động trí tuệ khác, người sử dụng MDMA thường xuyên nhanh chóng "quen" thuốc, cần phải tăng liều mới có được tác dụng như trước. Sử dụng MDMA thường xuyên cũng tạo ra tác dụng tương tự với loạn tâm thần khi uống amphetamine mặc dù hầu hết cách sử dụng MDMA có vẻ gián đoạn, giúp cơ thể phục hồi giữa các liều. Tuy nhiên vẫn chưa biết được tác hại lâu dài khi sử dụng loại ma túy này.

Cocaine tạo ra tác dụng tức thời tăng thêm sinh lực và tự tin, nhất là ở những người mệt mỏi hay cơ thể suy nhược. Đạt được điều này là do ngăn cản sự tái hấp thu noradrenaline và dopamine, đến mức các mức chung của những chất truyền thần kinh này cao hơn bình thường. Nhưng cũng có vẻ có tác dụng chung chung hơn, làm giảm toàn bộ lượng hoạt động của não. Mặc dù sử dụng cocaine với liều vừa phải được xem là an toàn hơn các loại "ma túy" mạnh khác như heroin hay amphetamine, cocaine là loại ma túy gây nghiện, tác dụng của nó che đậy tình trạng sức khỏe yếu hay mệt nhọc có thể làm cơ thể suy nhược trong thời gian dài.

Cocaine là loại ma túy giải trí phổ biến trong thế kỷ 19 và nửa đầu thế kỷ 20, Freud và *nhiều người khác* cũng sử dụng. Huân tước Arthur Conan Doyle giải thích rất rõ ràng về thói quen sử dụng cocaine của Sherlock Holmes trong các quyển tiểu thuyết trinh thám thịnh hành, và điều này cho thấy vào thời điểm ấy khi viết sách cocaine được mọi người sẵn sàng chấp nhận như thế nào. Thời gian gần đây, cocaine lại thịnh hành nhất là dưới hình thức chất dẫn xuất gây nghiện cao gọi là 'crack'. Sử dụng cocaine dài hạn tạo ra tác dụng bất lợi bao gồm cảm giác đau đớn hay thống khổ xúc cảm, sử dụng liều cao tạo ra ảo giác và nhận thức thực tại bị rối loạn.

Thuốc phiện và chất gây nghiện

Thuốc phiện là thuốc làm giảm cảm giác cơ thể cũng như làm chậm phản ứng của não đối với tác nhân kích thích bên ngoài. Nhiều loại thuốc phiện dùng để trị bệnh như thuốc giảm đau, thật là một nhận xét thú vị khi những loại thuốc này làm giảm đau nhức cơ thể đã được con nghiện sử dụng để giảm bớt hiện tượng mà Eugène Marais (1969) – một nhà tập tính học sáng suốt, nhưng cũng là người nghiện morphine - gọi là "cơn đau ý thức".

Có lẽ vì lý do này hầu hết các loại thuốc phiện đều mang tính gây nghiện cao, hút á phiện lén lút được xem là một vấn đề xã hội nghiêm trọng. Tác dụng ban đầu khi hút á phiện thường có cảm giác khỏe mạnh, hưng cảm, khiến cá nhân hút thường xuyên hơn. Tuy nhiên khi hút thường, cá nhân sẽ **quen thuốc** và ngày càng phải hút với liều cao mới có được tác dụng như trước. Chính chu kỳ này tạo ra sự nghèo đói trong xã hội thấy rõ ở các con nghiện heroin – trong xã hội phương Tây, và cũng khiến họ phạm tội mới có tiền thỏa mãn thói quen của mình.

Thuốc phiện bao gồm opium, heroin và morphine, và một số chất dẫn xuất từ việc sử dụng những loại này làm chất liệu cơ bản. Chúng có tác dụng bằng cách phong tỏa **vị trí thụ cảm endorphin** cụ thể trong não vì có cùng cấu trúc hóa học giống với các endorphin tự nhiên. Endorphin (và chất truyền thần kinh liên quan gọi là enkephalin) được tạo ra khi cơ thể phải nỗ lực gắng sức kéo dài. Thuộc tính giảm đau của chúng có thể phát triển như một cơ chế sống còn: nếu một động vật phải đấu tranh quyết liệt mới sống còn hay chạy trốn vì cuộc sống, thì nó có lợi thế làm chậm cảm giác đau đớn cho đến khi cuộc đấu tranh thực sự đã qua. Bằng cách đó giúp cho con người có nhiều cố gắng hơn trong đấu tranh.

Đây cũng là một bí mật của "sự hưng cảm của người tập đi bộ" – giải thích tại sao con người duy trì bài tập thể dục thường xuyên lại thường có vẻ rất vui như thế. Tập thể dục có nghĩa là họ tạo ra mức endorphin và enkephalin cao trong não. Điều này có nghĩa họ có cùng cảm giác hưng cảm và sự khỏe mạnh như những người đã hút thuốc phiện với liều cao, nhưng họ có được sự hưng cảm một cách tự nhiên không hề có rủi ro liên quan đến việc dùng các hóa chất độc hại. Vì thế nếu bạn muốn tìm hiểu hút á phiện có cảm giác ra sao thì hãy cố gắng tập bơi hay đi xe đạp. Bạn sẽ có cảm giác tương tự nhưng không hề có tác dụng phụ nguy hiểm!

Thuốc tạo ảo giác

Một số thuốc tạo ra sự thay đổi ấn tượng trong nhận thức, bằng cách tăng cường hay làm rối loạn nhận thức. Mặc dù điều này cũng có thể đạt được khi sử dụng một số loại ma túy gây nghiện dài hạn, nhóm gọi là thuốc tạo ảo giác tạo ra những tác dụng như thế rất nhanh và trực tiếp. Một số thuốc tạo ảo giác diễn ra tự nhiên như **mescaline** (chiết xuất từ xương rồng peyote) và **psilocybin** (lấy từ nấm psilocybin). Mặc dù những thuốc khác, nổi tiếng nhất là **LSD** (lysergic acid diethylamide) được bào chế theo cách tổng hợp. Nhưng tất cả những loại thuốc tạo ảo giác này dường như được các vị trí thụ cảm serotonin trong não tiếp nhận – chúng có cấu trúc hóa học giống với cấu trúc của các chất truyền thần kinh xảy ra tự nhiên.

Mescaline và các thuốc tạo ảo giác khác thường được giới văn nghệ sĩ trong đầu thế kỷ 20 sử dụng như nguồn cảm hứng, nhưng việc sử dụng như thế bị cấm mô tả công khai vì những lý do hiển nhiên khi việc sử dụng những loại ma túy này để tiêu khiển được cho là phi pháp trong thập niên 1960. Ở liều vừa phải, thuốc tạo ảo giác tăng cường cảm giác nhận cảm như nhận thức màu sắc và đôi khi là những cảm giác huyền bí hay bán tôn giáo. Một số nghiên cứu như Aaronson và Osmond (1970), cho rằng LSD có công dụng trong tâm lý liệu pháp ở những bệnh nhân thần kinh mức độ vừa phải, nhưng nghiên cứu như thế hiện nay không được thịnh hành.

Tình hình này một phần là do sự cố khi sử dụng thuốc tạo ảo giác để tiêu khiển tạo ra hiệu quả bi kịch, được công bố rộng rãi. Một số người bị ảo giác nặng chẳng hạn dẫn đến suy nghĩ cho rằng mình có khả năng siêu nhiên giống như khả năng bay được, kết quả nhiều người bị thương và chết. Leary (1965) cho rằng thuốc tạo ảo giác giúp cá nhân tìm hiểu lĩnh vực ý thức trước đây không thể tiếp cận, nhưng khi tìm hiểu như thế, đối với cá nhân điều quan trọng là phải sử dụng theo cách am hiểu và chịu trách nhiệm. Leary cho rằng điều quan trọng là nên nghĩ đến hai yếu tố **trạng thái** – nghĩa là trạng thái sẵn sàng của cá nhân và **bối cảnh** – bảo đảm rằng môi trường của họ thích thú, thoải mái. Leary quả quyết do thiếu cân nhắc hai yếu tố này đã dẫn đến hậu quả bi kịch.

Leary, Alpert và Metzner (1965) cho rằng thuốc tạo ảo giác là phương tiện độc đáo để tìm hiểu các mức độ ý thức khác nhau trong tâm thần con người. Họ cho rằng ý thức bao gồm nhiều lớp khác nhau và mặc dù chúng ta sử dụng một số lớp này trong sinh hoạt hàng ngày, nhưng các lớp khác chỉ tiếp cận được bằng cảm giác cực đoan ở dạng này hay dạng khác. Leary phát biểu thuốc tạo ảo giác giúp con người tiếp cận các mức nhận thức khác nhau cũng như các môn tinh thần và thể xác trong tập yoga và thiền định.

GIẤC NGỦ VÀ GIẤC MƠ

Một phần trong nghiên cứu ý thức bao gồm nghiên cứu giấc ngủ và giấc mơ. Giấc ngủ làm phát sinh nhiều vấn đề. Điều gì diễn ra trong lúc chúng ta đang ngủ? Tại sao cơ thể cần có những thời kỳ đều đặn này khi hành vi thông thường mỗi ngày có vẻ không còn nữa và cuối cùng chúng ta phải nằm yên không hoạt động trong nhiều giờ liền? Điều gì diễn ra khi ngủ không đủ giấc? Và tại sao chúng ta lại mơ? Các nhà nghiên cứu khảo sát hiện tượng giấc ngủ trong suốt nửa sau thế kỷ 20, nghiên cứu sinh lý học giấc ngủ và chu kỳ ngủ, bộ não kiểm soát giấc ngủ ra sao và điều gì diễn ra khi chúng ta mơ.

NHỊP ĐIỆU SINH HỌC

Có vẻ hiển nhiên nhưng một trong những lý do chúng ta ngủ là vì ban đêm. Nói chung, con người thường thức ban ngày và ngủ ban đêm – đó là những gì được gọi là động vật **hoạt động ban ngày.** Những động vật khác ban đêm thức, ban ngày ngủ, gọi là động vật **hoạt động ban đêm.** Chu kỳ hoạt động liên quan đến việc thức ban ngày gọi là **nhịp ngày.**

Chúng ta có nhiều chu kỳ tự nhiên, hình thành một phần trong sinh hoạt thường nhật. Một số chu kỳ này hoạt động trong nhiều tuần như chu kỳ kinh nguyệt ở người trong khi chu kỳ khác nhanh hơn nhiều như chu kỳ liên quan đến tiêu hóa và đưa thức ăn vào. Một số nhịp, gọi là **nhịp ngày đêm** trên cơ sở 24 giờ mỗi ngày, và có lẽ nhịp ngày đêm dễ thấy nhất là liên quan đến ý thức. Trong suốt đời sống, chúng ta thường xen kẽ giữa các thời gian thức và ngủ. Lúc chúng ta trưởng thành, hầu hết phải điều chỉnh thành chu kỳ 24 giờ trong đó có một hay hai khoảng thời gian để ngủ. Trong một số xã hội, mẫu văn hóa là có thời gian ngủ kéo dài trong đêm, tiếp đến là thời gian thức dài hơn.

Mặc dù, trong các xã hội khác nhất là xã hội khí hậu nóng, thời gian ngủ ban đêm ngắn hơn vì có thời gian "ngủ trưa" đều đặn vào giữa ngày, người ta cho rằng mọi người sẽ ngủ thêm lần nữa trong vài giờ. Về mặt sinh học, dường như chúng ta phải điều chỉnh với cả hai khả năng này. Sự khác nhau có thể đánh giá về sự hoạt bát và tỉnh táo ở người cho thấy rằng, ngoài việc làm chậm dần và sẵn sàng ngủ vào ban đêm, chúng ta cũng có khuynh hướng có thời kỳ giảm năng suất vào đầu buổi chiều – là thời gian khi nhiều người (ngay cả trong các xã hội không ngủ trưa) thường có những giấc ngủ ngắn. Vào lúc này, chức năng hoạt động của cơ thể không muốn hoạt động, dễ buồn ngủ hơn các thời điểm khác trong ngày.

Chu kỳ ngủ – thức cũng tương quan với các yếu tố khác. Một trong những yếu tố này là thân nhiệt, ở mức thấp nhất vào sáng sớm khi chúng ta thường ngủ ngon nhất. Vào những lúc như thế thân nhiệt giảm xuống mức thấp nhất nhưng sau đó dần dần tăng trở lại khi gần đến lúc chúng ta thức giấc. Trong suốt buổi sáng, thân nhiệt tương đối ổn định nhưng sau đó giảm xuống vào đầu buổi chiều rồi sau đó mới tăng lên một ít. Dĩ nhiên, đây chỉ là một mẫu chung không phải là một định luật bất biến: người này có nhịp mạnh hơn người khác, như chúng ta sẽ biết sau này nhiều người phải điều chỉnh với các chuỗi thời gian khác nhau.

Đánh giá tâm lý học trong sự hoạt bát và hoạt động cũng cho thấy có sự thay đổi theo hệ thống trong suốt ngày, liên quan đến trắc nghiệm trí nhớ và chú ý (xem các Chương 2 và 3), chẳng hạn như tốc độ trí nhớ hoạt động, khoảng cách nhớ ngắn hạn và tốc độ dùng để tìm kiếm một mẫu thông tin cụ thể qua một loạt thư từ. Folkard (1983) cho rằng những thay đổi trong hoạt động này xảy ra là do sự khác nhau về mức **đánh thức tự chủ** của cá nhân trong ngày mặc dù quan niệm này bị nhiều nhà nghiên cứu khác không thừa nhận. Chúng ta khảo sát khái niệm đánh thức tự chủ trong Chương 13.

Zeitgebers

Các mẫu ngủ – thức của chúng ta không chỉ mang tính tự chủ, chu kỳ 24 giờ, diễn ra giống như đồng hồ. Thay vào đó chúng chịu ảnh hưởng của các sự kiện bên ngoài còn gọi là **zeitgebers**. Tác động mạnh nhất trong những sự kiện này là ánh sáng ban ngày: bạn có từng thức suốt đêm và nhận thấy khi trời đã sáng tỏ bạn cảm thấy ít mệt hơn hay không? Miles, Raynal và Wilson (1977) nghiên cứu một thanh niên khiếm thị, có nhịp tự nhiên nhiều hơn 24 giờ – nói chính xác, 24,9 giờ. Anh ta bị mù lúc mới sinh, có nghĩa không nhận ánh sáng ban ngày như một zeitgeber, vì thế không thể điều chỉnh nhịp cá nhân với các tình huống bên ngoài. Vì thế anh ta có nghề chuyên môn đòi hỏi khắt khe, đôi lúc phải sử dụng đến thuốc an thần và chất kích thích để bảo đảm mình luôn hoạt bát trong những thời điểm thích hợp.

Trong một nghiên cứu khác, Aschoff (1965) yêu cầu nhiều người sống trong hang trong nhiều tuần, hang được sưởi ấm tốt, có nhiều ánh sáng nhân tạo. Nhưng không có zeitgebers bên ngoài nào để biểu thị thời gian trong ngày ở người tham gia nghiên cứu. Kết quả, họ hoạt động chu kỳ ngủ – thức của mình hoàn toàn tùy theo gợi ý sinh lý bên trong: ngủ khi cảm thấy mệt, thức không cần đồng hồ báo thức hay các tín hiệu khác, và v.v... Như thanh niên mù trong nghiên cứu của Miles, Raynal và Wilson, Aschof nhận thấy người tham gia nghiên cứu thường có chu kỳ ngủ – thức 25 giờ chứ không phải là chu kỳ 24 giờ.

Điều chỉnh theo thời gian mới

Hiện tượng gọi là **mệt mỏi khi qua các múi giờ** xảy ra khi chúng ta cần điều chỉnh nhanh với các nhịp ngày đêm khác nhau. Vì phương tiện vận chuyển hiện đại có nghĩa là chúng ta có thể đi qua các múi giờ rất nhanh, du khách quốc tế hiện đại thường nhận thấy đồng hồ sinh học bên trong của mình "có vấn đề" khi đến một quốc gia mới và phải mất vài ngày – đôi khi đến 10 ngày – mới điều chỉnh được hệ thống. Trong khi ấy, họ cảm thấy mệt mỏi trong khi ngày thường rất nhanh nhẹn, hoạt bát, và đôi lúc không ngủ được trong khi người khác ngủ ngon lành. Đi cùng khoảng cách từ bắc xuống nam không tạo ta kết quả như thế.

Yếu tố xã hội cũng ảnh hưởng đến chu kỳ ngủ – thức, bạn cũng tự mình biết được. Nếu hầu hết hoạt động xã hội của bạn diễn ra vào ban đêm thì bạn nhận thấy mình dễ thức hơn và ngủ trong ngày hơn là người có những hoạt động chính diễn ra trong ngày bình thường. Webb (1975) chứng minh rằng nhịp ngày đêm ở con người thay đổi rất khác nhau: một số hoạt động tốt nhất vào buổi sáng, trong khi số khác hoạt động tốt nhất vào buổi chiều. Nhưng đối với nhiều người, đây là vấn đề cách sống, và khi họ hoạt động nhiều nhất trong ngày, xác định họ có khả năng hoạt bát, nhanh nhẹn nhất khi nào.

Có nhiều ảnh hưởng giúp chúng ta điều chỉnh với các nhịp ngày đêm khác nhau. Một số du khách nhận thấy rằng sử dụng ánh sáng ban ngày tự nhiên càng nhiều càng tốt giúp họ thích nghi với chu kỳ thời gian mới, nhất là họ di chuyển từ đêm sang ngày. Kowet (1983) chứng minh rằng điều chỉnh thời gian dễ hơn nếu chúng ta đi xuôi hơn là ngược trong chu kỳ 24 giờ, áp dụng cho những người đi từ đông sang tây hay tây sang đông nhưng cũng áp dụng cho những người thường xuyên làm việc theo ca khác nhau.

Một vấn đề mà **công nhân làm ca** thường gặp trong khi du khách quốc tế không có, là zeitgebers bên ngoài vẫn như nhau. Điều này khiến cho công nhân làm ca khó thích nghi với thời gian mới hơn là du khách. Akerstedt (1985) cho thấy thời gian con người dùng để ngủ trong ngày khi họ phải làm ca đêm có thể dao động ít hơn thời gian ngủ bình thường của mình từ một đến bốn tiếng. Loại giấc ngủ của họ cũng bị ảnh hưởng: những người như thế thường có thời gian trong giấc ngủ REM và Cấp II ít hơn (chúng ta khảo sát các loại giấc ngủ trong phần sau) giấc ngủ vào ban đêm.

Czeisler, Moore-Ede và Coleman (1982) cho thấy sự kém mệt mỏi hơn và tạo ra điều chỉnh dễ hơn đối với những người nếu ca được xoay vòng theo cách chẳng hạn như mỗi lần muộn hơn, ví dụ, mẫu đổi ca từ ca sáng đến ca chiều sang ca tối rồi sau đó trở lại ca sáng dễ hơn mẫu theo chiều ngược lại hay thay đổi đột ngột, như từ ca sáng đến ca tối rồi chuyển qua ca ngày. Tiếp theo một chuỗi đổi ca theo chiều thuận cũng giúp giảm bớt các tai nạn công nghiệp – có lẽ vì con người tỉnh táo nhiều hơn vì thế ít phạm sai lầm nghiêm trọng.

Tai nạn và sai sót

Thay đổi trong các mẫu giấc ngủ và điều chỉnh giấc ngủ rất quan trọng vì tỉ lệ tai nạn và sai sót công nghiệp cao hơn thường diễn ra ở thời gian làm việc ban đêm. Người ta thường cho rằng công nhân làm việc theo cùng một ca trong thời gian dài sẽ giảm thiểu những vấn đề như thế vì giúp họ thích nghi với một nhịp khác. Tuy nhiên, ngày nay người ta thừa nhận rằng đối với nhiều người, ảnh hưởng của zeitgebers bên ngoài như ánh sáng ban ngày tự nhiên cũng có tác động mạnh. Một số cá nhân không thể thích nghi với các ca đêm cho dù họ đã làm lâu đến mức nào đi nữa. Monk và Folkard (1985) cho thấy mẫu làm việc theo ca tốt nhất là đổi ca thường xuyên sao cho con người không hình thành tình trạng "mất ngủ" quá nhiều, có vẻ tốt hơn trong hai cách: sức khoẻ của công nhân và giảm số tai nạn công nghiệp.

Tai nạn công nghiệp không chỉ bị nhịp ngày đêm ảnh hưởng. Tai nạn trên xa lộ được chứng minh thường xảy ra nhiều nhất trong ba khoảng thời gian, cũng tương quan mật thiết với nhịp ngày đêm ở con người. Ba khoảng thời gian nguy cơ cao là từ nửa đêm đến 2 giờ sáng, từ 4 giờ đến 6 giờ sáng và từ 2 đến 4 giờ chiều. Horne (1992) cho thấy hầu hết những tai nạn này xảy ra là do tài xế ngủ gục, đôi khi chỉ trong vài phần của giây. Có thể tìm thấy nguyên nhân vì dấu vết còn lại sau khi tai nạn hoàn toàn khác với dấu vết còn lại ở các tai nạn khi tài xế còn thức. Chẳng hạn nếu một ô tô đâm sầm vào một rào chắn khi tài xế còn thức, thì có những dấu hiệu tài xế thắng xe còn lại trên mặt đường. Nhưng nếu tài xế ngủ gục không hề có dấu hiệu thắng này.

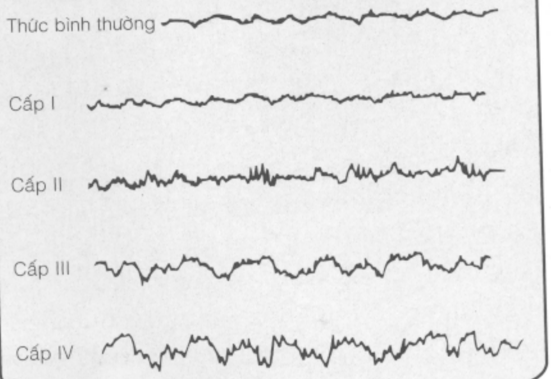
Horne nhận thấy tai nạn từ nửa đêm đến 2 giờ sáng hầu như thường liên quan đến những người lái xe muộn hơn giờ ngủ thông thường của mình. Những tai nạn xảy ra vào đầu buổi chiều thường liên quan đến tài xế ngủ thất thường, thường do làm việc theo ca. Nhưng hầu hết tai nạn xảy ra vào sáng sớm liên quan đến những người phải thức suốt đêm hay những người thức rất sớm, vào đêm trước đó ngủ chưa đủ giấc.

Horne cũng nhận thấy giấc ngủ gần đây nhất của tài xế thực ra cũng rất quan trọng. Hầu hết tai nạn liên quan đến giấc ngủ dường như xảy ra khi tài xế phải thức hơn 18 tiếng. Theo Horne phương thuốc duy nhất đối với những người cảm thấy mệt mỏi khi cầm lái là nên ngủ trong vài tiếng, vì những phương thuốc khác chẳng hạn như uống cà phê hay cố thức không thể ngăn được cơn buồn ngủ dù trong vài phút. Cố thức làm cho tài xế dễ bị "các giấc ngủ siêu ngắn" làm thương tổn, tài xế chỉ mơ màng vài phần của giây, trong thời gian ấy không hề biết đã diễn ra điều gì.

NHỊP GIẤC NGỦ

Cũng như là một phần trong nhịp ngày đêm, theo tập tính của chúng ta, giấc ngủ cũng có nhịp bên trong của riêng nó. Chúng ta nhận biết một số thay đổi chung diễn ra khi đang ngủ. Cơ bắp sẽ nhão hơn, hệ thống "giám sát chú ý" trong não có vẻ không còn hoạt động và chúng ta trải qua một khoảng thời gian dài thụ động, không hoạt động. Nhưng đó chưa phải là tất cả những gì đang diễn ra.

Hình 11.4 Mẫu điện não đồ của giấc ngủ



Nếu giám sát hoạt động bộ não của con người trong lúc ngủ, chúng ta nhận thấy có những khác biệt đáng kể trong số đo điện não đồ suốt một đêm thông thường. Berger (1929) là người đầu tiên chứng minh số đo EEG đi kèm với các mức ý thức khác nhau. Tiếp theo công trình này, Dement và Kleitman (1957) mô tả bốn loại mẫu EEG cơ bản xảy ra trong giấc ngủ và những mẫu khác đi kèm với sự khác biệt trong trạng thái thức (Hình 11.4).

Dement và Kleitman cũng cho thấy, trong suốt đêm, chúng ta trải qua những mức độ giấc ngủ khác nhau nhiều lần, từ mức độ ngủ cao đến thấp và trở lại các cấp cao lần nữa. Họ cho rằng chu kỳ này được lặp lại vài lần trong một đêm thông thường, mặc dù các mức ngủ sâu hơn thường chỉ đạt được trong một vài chu kỳ đầu tiên. Càng về cuối đêm, chu kỳ giấc ngủ cạn hơn, Dement và Kleitman giải thích con người có khả năng dễ thức hơn. sau đó kết luận của họ là sự thay đổi trong mẫu EEG phản ánh con người ngủ say đến mức nào.

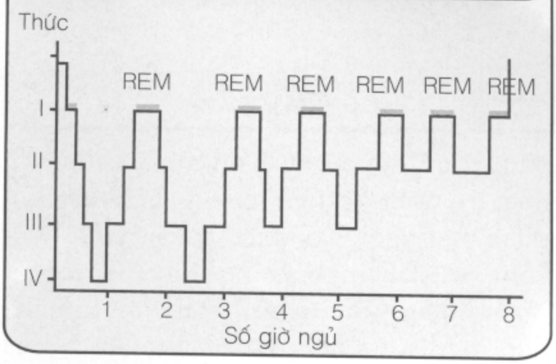
Giấc ngủ REM

Dement và Kleitman, như chúng ta đã biết, nghĩ rằng mẫu dấu vết EEG nói chung phản ánh con người ngủ say đến mức nào. Bằng cách đánh thức khi số đo EEG chuyển sang một mức khác nhau, họ nhận thấy hầu hết mọi người có vẻ trùng hợp. Nhưng trong trường hợp giấc ngủ Cấp I, họ phát hiện điều nghịch lý. Khi loại giấc ngủ này diễn ra trong đêm, nó thường đi kèm với những cử động nhanh ở mắt vì thế còn gọi là **giấc ngủ REM.** Mặc dù dấu vết EEG ở người đang ngủ trong loại giấc ngủ này có vẻ biểu thị rằng họ chỉ ngủ không say, thực ra rất khó thức giấc – như thể họ đang ở trong một mức ngủ say hơn nhiều. Vì lý do này giấc ngủ REM còn gọi là **giấc ngủ nghịch lý** trong khi giấc ngủ thông thường gọi là **giấc ngủ chính thống.** Một số nhà nghiên cứu hiện đại xem giấc ngủ REM khác với giấc ngủ Cấp I ở chỗ nó tượng trưng một cấp thứ 5 hoàn toàn khác hẳn.

Meddis (1979) cho rằng sự phân biệt giữa nhiều cấp ngủ khác nhau tương đối không quan trọng vì điều quan trọng trong các trạng thái ngủ khác nhau là liệu người đang ngủ có thoải mái và không hoạt động hay hoạt động và biểu thị REM hay không. Meddis cho rằng khi thức, chúng ta có mẫu EEG dễ phân biệt bằng hoạt động nhanh, không đồng bộ (nghĩa là không đều). Khi trong giấc ngủ REM, chúng ta đang **ngủ hoạt động (AS)** và biểu thị một mẫu EEG hoạt động. Nhưng trong **giấc ngủ êm (QS)**, mẫu EEG biểu thị hoạt động đồng bộ – dạng sóng đều đặn, theo mẫu.

Hoạt động đồng bộ trong giấc ngủ êm có thể gồm hai loại. Một là **giấc ngủ êm nông (LQS),** trong đó tín hiệu đồng bộ nhưng có biên độ tương tự với biên độ của giấc ngủ dễ bị đánh thức – nói cách khác, sự khác nhau trong hoạt động của não xấp xỉ như nhau nhưng có mẫu đều đặn. Trong **giấc ngủ êm sâu (DQS),** biên độ dạng sóng lớn hơn nhiều: EEG biểu thị các mẫu dạng sóng lớn, đều đặn. Meddis cho rằng thay đổi đáng kể trong EEG trong đêm cho thấy con người thay đổi giữa LQS, DQS và AS nhiều lần trong một đêm ngủ (xem Hình 11.5). Trung bình, hầu hết chúng ta đều có 4, 5 khoảng thời gian ngủ hoạt động trong đêm.

Hình 11.5 Chu kỳ giấc ngủ



Giấc ngủ hoạt động và giấc mơ

Dement và Kleitman (1957) nhận thấy người ngủ được đánh thức từ giấc ngủ REM cũng thường kể lại họ đang mơ, vì lý do này giấc ngủ REM thường gọi là giấc ngủ mơ. Nhưng cách gọi này có hai vấn đề. Một là có một số chứng cứ cho rằng giấc mơ cũng xảy ra ở những thời điểm khác. Jacobson và Kales (1967) nghiên cứu bệnh mộng du và nhận thấy tất cả những khả năng xảy ra **mộng du** thường diễn ra trong giấc ngủ êm, hầu hết xảy ra trong một phần ba đêm khi con người thuộc các mức sâu hơn trong chu kỳ ngủ. Mặc dù người bệnh mộng du kể lại mình đang mơ, giấc mơ mà họ mô tả dường như không liên quan với hành động của họ trong khi họ mộng du.

Arkin *và người khác* (1970) nghiên cứu những người nói chuyện trong khi ngủ, và nhận thấy **ngủ nói chuyện** không kết hợp chặt chẽ với giấc ngủ êm vì một số ngủ nói chuyện đã diễn ra trong giấc ngủ hoạt động. Như thế, đa số, khoảng 80% khả năng xảy ra ngủ nói chuyện và mộng du đều diễn ra trong giấc ngủ êm. Nếu những người ngủ nói chuyện được đánh thức thì nội dung giấc mơ của họ không hề phù hợp với điều họ nói trong khi họ ngủ nói chuyện. Ngụ ý trái với những gì chúng ta nghĩ theo trực giác, có vẻ giấc ngủ hoạt động, giấc mơ, mộng du và ngủ nói chuyện chắc chắn không xảy ra cùng lúc.

SINH LÝ HỌC GIẤC NGỦ

Như chúng ta đã biết, nhịp ngày đêm và quá trình buồn ngủ có vẻ liên kết với nhau mật thiết. Có nhiều cơ chế sinh lý đi kèm với điều này, trong đó có vẻ có sự tham phần của **tuyến yên** –một tuyến nhỏ rúc vào giữa các bán cầu não, ở phía trên cuống não. Tuyến này thường được gọi là "con mắt thứ ba" vì được định vị phía sau giữa trán. Cho đến gần đây, chúng ta vẫn chưa hiểu biết nhiều về tuyến yên. Triết gia Descartes nghĩ rằng đây là nơi linh hồn trú ẩn, kiểm soát cử động của cơ thể thông qua sự liên kết của nó với phần não còn lại nhưng nhiều nghiên cứu thực nghiệm phát hiện về chức năng của tuyến yên không nhiều.

Có vẻ tuyến yên nhận được thông tin từ mắt về sự có mặt hay vắng mặt ánh sáng. Khi tuyến yên tiếp nhận thông tin rằng chúng ta đang ở trong bóng tối, nó sẽ tiết một nội tiết tố gọi là melatonin có tác dụng làm buồn ngủ. **Melatonin** cũng kích thích sự tiết ra chất truyền thần kinh serotonin có vẻ cũng liên quan đến giấc ngủ. Có thể nhịp dài hạn hơn cũng có tuyến yên tham phần: một số nghiên cứu về chim cho thấy thay đổi theo mùa và nhất là thay đổi tập tính đi kèm với mùa xuân (tìm hiểu kết bạn, bảo vệ lãnh thổ, v.v..) đi kèm với sự kích hoạt gia tăng của tuyến yên do ảnh hưởng của thời gian ban ngày dài hơn.

Hệ thống kích hoạt dạng lưới và cầu não

Sự phóng thích melatonin cũng đi kèm với lượng hoạt động trong cấu trúc dưới lớp vỏ não còn gọi là **hệ thống kích hoạt dạng lưới** hay **RAS** (xem Chương 10). Hệ thống kích hoạt dạng lưới có vẻ hoạt động như một loại "hệ thống chuyển đổi" đối với não, ảnh hưởng đến mức đánh thức chung trong khắp vỏ não. Vào đầu năm 1949, Moruzzi và Magoun cho thấy các mức hoạt động thấp ở RAS, đánh giá qua điện não đồ, đều đi kèm với sự khởi đầu của giấc ngủ. Do đó, hoạt động gia tăng ở vùng này báo hiệu sự thao thức. Quan điểm này được nghiên cứu của French (1957) ủng hộ, ông chứng minh rằng kích thích bằng điện ở một vùng cụ thể của RAS đánh thức một con mèo đang ngủ.

French cũng phát hiện rằng phẫu thuật cắt bỏ hệ thống kích hoạt dạng lưới sẽ tạo ra sự hôn mê sâu ở mèo, do đó không thể đánh thức chúng được. French,Verzeone và Magon (1953) cho rằng điều này phản ánh tiềm thức cố ý do thuốc gây mê y học tạo ra. Họ cho rằng thuốc dùng để gây mê trong phẫu thuật có tác dụng bằng cách tác động trực tiếp đến các chất truyền thần kinh, phong tỏa các tuyến thần kinh trong hệ thống kích hoạt dạng lưới.

RAS không phải là cấu trúc dưới lớp vỏ não duy nhất liên quan đến giấc ngủ, theo Bảng 11.4 minh họa. Jouvet (1967) nhận thấy thương tổn ở một vùng cụ thể trong **cầu não** làm thay đổi lượng giấc ngủ REM ở động vật, thời gian trong giấc ngủ REM chiếm tỉ lệ cao hơn lúc trước khi chúng phẫu thuật. Trái lại, thương tổn ở một vùng cầu não khác – thấp hơn về phía dưới, gần với **tủy** – sẽ làm giảm lượng thời gian trong giấc ngủ REM. Có một số chứng cứ cho thấy điều này cũng

Bảng 11.4 Cấu trúc bộ não liên quan đến giấc ngủ

Não
Tuyến yên
Hệ thống kích hoạt dạng lưới
Cầu não *(locus coeruleus)*
Tủy *(raphé nuclei)*
Chất truyền thần kinh *(serotonin, noradrenaline)*

tương tự ở người bị chấn thương do tai nạn, nhưng chúng ta không có cách nào biết được liệu lượng thời gian trong giấc ngủ REM gia tăng có phải phát sinh trực tiếp từ chấn thương não hay do cố gắng của bộ não phục hồi sự nguyên vẹn tâm lý sau khi chấn thương hay không.

Chất truyền thần kinh và giấc ngủ

Năm 1972, Jouvet báo cáo rằng thương tổn ở một vùng não gọi là **raphé nuclei** tạo ra sự mất ngủ nghiêm trọng ở mèo. Mặc dù đôi lúc mèo có vẻ mơ màng nhưng nói chung không hề ngủ được. Một số nhà nghiên cứu cho rằng một số loại mất ngủ ở con người là do lý do tương tự: một số người bị thương tổn tự nhiên ở raphé nuclei khiến họ rất khó ngủ.

Chứng cứ này là kết quả của một loạt nghiên cứu của Jouvet sau cùng dẫn đến mô hình cho rằng hóa chất **chất truyền thần kinh** có liên quan đến giấc ngủ. Jouvet (1972) nhận dạng hai vùng não có vẻ liên quan đến giấc ngủ. Một là raphé nuclei đã được đề cập là một tập hợp gồm 8 nhóm nơron tỏa ra từ tủy trong khắp não giữa qua cầu não và cấu tạo dạng lưới. Vùng khác được xác định nằm trong cầu não còn gọi là **locus coeruleus.**

Jouvet nhận thấy thương tổn ở raphé nuclei tạo ra mức chất truyền thần kinh serotonin trong não thấp hơn và cũng là nguyên nhân làm mất giấc ngủ êm. Như chúng ta đã biết, những thương tổn này tạo ra chứng mất ngủ chung, mặc dù đôi lúc có những thời kỳ ngủ hoạt động. Thương tổn ở locus coeruleus, có vẻ tạo ra mức chất truyền thần kinh noradrenaline thấp hơn và làm mất giấc ngủ REM. Jouvet cho rằng hai loại giấc ngủ khác nhau do hai vùng khác nhau này trong não kiểm soát, thông qua sự tiết ra các hóa chất chất truyền thần kinh này. Sự liên kết giữa các vùng phía sau của raphé và locus coeruleus kích hoạt sự thay đổi từ giấc ngủ êm sang giấc ngủ hoạt động, và sau đó trở lại thêm lần nữa.

Jouvet cũng nhận thấy hai vùng này có những kết hợp hơi khác nhau với phần não còn lại. Cả hai đều liên kết với hệ limbic và vỏ não, nhưng raphé nuclei cũng có sự liên kết với vùng dưới đồi trong khi locus coeruleus liên kết với tiểu não. (Cũng nên xem lại Chương 10 để ôn lại những vùng này trong não và chức năng của chúng). Nếu giấc ngủ êm thực sự liên quan đến sự phục hồi các mô trong cơ thể và điều hòa thân nhiệt thì sự liên kết với vùng dưới đồi rất có ý nghĩa. Tương tự sự liên kết của tiểu não trong giấc ngủ hoạt động có thể liên quan với cử động nhanh ở mắt và tình trạng nhão cơ trong giấc ngủ hoạt động.

Nhiều nghiên cứu thực nghiệm ủng hộ mô hình phẫu thuật raphé nuclei của Jouvet, như một yếu tố trung gian giữa trạng thái ngủ êm thông qua tác động của chất truyền thần kinh serotonin. Nhưng Ramm (1979) xem lại nhiều nghiên cứu về chức năng của locus coeruleus, và kết luận rằng thương tổn ở vùng này hay ở các tuyến dẫn đến vùng này hay từ vùng này đi ra đều ít hay không có ảnh hưởng gì đối với giấc ngủ REM. Thay vào đó, Stern và Morgane (1974) cho rằng chức năng của giấc ngủ REM thực ra là để phục hồi lượng chất truyền thần kinh noradrenaline và dopamine trong não. Giả thuyết này giải thích một số thuốc chẳng hạn như thuốc chống trầm cảm ba chu kỳ làm tăng lượng noradrenaline trong não trong khi làm giảm giấc ngủ REM – trái với tác dụng theo mô hình dự đoán trước đây của Jouvet.

NGHIÊN CỨU TƯỚC ĐOẠT GIẤC NGỦ

Những người không ngủ trong thời gian rất dài, và thường thực hiện hầu hết các trắc nghiệm chức năng hoạt động cơ thể và tâm lý hoàn hảo đến mức phải ngạc nhiên. Nhưng điều này không có nghĩa là sự tước đoạt giấc ngủ không có tác dụng: có những hậu quả khác, chung chung hơn xảy ra. Chẳng hạn, mặc dù họ thực hiện hoàn hảo ở các nhiệm vụ đơn giản như trắc nghiệm thời gian phản ứng hay phản ứng đối với một tình huống trực tiếp, nhiều người báo cáo rằng mình khó chịu hơn và ít có khả năng chú ý đến những chi tiết bổ sung về những gì đang diễn ra quanh mình. Bác sĩ thâm niên phải trực liên tục suốt 48 tiếng báo cáo khả năng quyết định của họ bị ảnh hưởng ở chỗ họ chỉ khám các triệu chứng trực tiếp nhưng không xét đến các yếu tố khác, rộng hơn.

Thật không may, hầu hết những báo cáo này tương đối chỉ là giai thoại mặc dù chúng rất phổ biến. Một trong những vấn đề có vẻ cho rằng những người bị mất ngủ nghiêm trọng thường tự đánh thức mình liên tục trong các nhiệm vụ ngắn hạn nhưng cảm thấy mất nhận thức khi đảm nhiệm hoạt động thông lệ hay lặp đi lặp lại. Họ có khả năng thực hiện những loại công việc được kiểm soát cung cấp cho người thí nghiệm những đánh giá chính xác như bài tập thời gian phản ứng hay kích thích ra quyết định. Tuy nhiên, thật khó đánh giá vấn đề chẳng hạn như sự tập trung chú ý hay khả năng tham gia một hoạt động chuyên môn liên tục hay mối quan hệ giữa cá nhân với nhau.

Oswald (1970) báo cáo rằng sự tước đoạt giấc ngủ nghiêm trọng dẫn đến những hậu quả tâm lý khác như ảo giác và paranoia. Người tham gia nghiên cứu không ngủ trong 5 ngày thường báo cáo rằng họ hay bị ảo giác thị giác nhẹ, giống như ấn tượng về một họa tiết trên giấy dán tường trong phòng đang xoáy tròn. Họ cũng thường bị paranoia sâu về nghiên cứu, và động cơ của người thí nghiệm, tưởng tượng rằng mình đang bị khai thác với những mục đích xấu. Trong nhiều khía cạnh, Oswald nhận thấy những triệu chứng này giống hệt với triệu chứng bệnh tâm thần phân liệt. Tuy nhiên không như bệnh tâm thần phân liệt chúng hoàn toàn biến mất một khi cá nhân liên quan có cơ hội ngủ một ít.

Green (1987) cho rằng chứng cứ từ nghiên cứu tước đoạt giấc ngủ nêu rõ những sự tương đồng đáng ngạc nhiên giữa những gì xảy ra khi con người bị tước đoạt giấc ngủ và những gì xảy ra khi họ bị tước đoạt các nhu cầu sinh học cần thiết khác – thức ăn. Họ có thể nhịn đói trong vài ngày không bị tổn thương dai dẳng theo cách giống như chúng ta không ngủ – nhưng trong cả hai trường hợp chắc chắn làm cơ thể căng thẳng. Khi ăn trở lại sau một thời gian nhịn ăn, chúng ta không ăn nhiều thức ăn như số thức ăn chúng ta đã mất trước khi chúng ta trở lại bình thường, mặc dù chúng ta ăn nhiều hơn bình thường. Tương tự, khi ngủ trở lại sau khi bị tước đoạt giấc ngủ, chúng ta không cần ngủ đủ số lượng mà chúng ta đã mất, mặc dù chúng ta ngủ nhiều hơn bình thường. Khi đó giấc ngủ biểu hiện cơ chế nội hằng định (điều tiết) tương tự cơ chế đối với sự đói. Giống như sự đói, tước đoạt giấc ngủ có thể thích nghi trong thời gian ngắn. Tuy nhiên về lâu dài, cả giấc ngủ lẫn thức ăn đều cần thiết cho đời sống.

Tước đoạt giấc ngủ hoạt động

Nhiều nghiên cứu khảo sát điều gì diễn ra khi được phép ngủ êm, nhưng ngăn cản giấc ngủ hoạt động. Nghiên cứu sử dụng cả người lẫn động vật cho thấy nếu bị đánh thức bất cứ khi nào trong giấc ngủ hoạt động thì thường thấy **tác động trở lại** khi họ có thể ngủ bình thường. Nói cách khác, các thời kỳ ngủ bình thường tiếp theo sau thể hiện hoạt động REM gia tăng như thể lấy lại thời gian mà họ đã mất. Dement (1970) cho thấy đối tượng bị đánh thức từ giấc ngủ REM trong 5 đêm thường dành hơn 60% cho thời gian ngủ trong giấc ngủ REM khi sau cùng họ được phép ngủ bình thường.

Dement cũng báo cáo rằng những người tham gia nghiên cứu này đều có nhiều triệu chứng tâm thần giống như triệu chứng được phát hiện trong nghiên cứu tước đoạt giấc ngủ hoàn toàn của Oswald. Nhưng chứng cứ này không phải là chứng cứ đặc biệt đáng tin vì Dement báo cho người tham gia nghiên cứu biết trước có sự hiện diện của một bác sĩ tâm thần trong trường hợp họ có rối loạn như thế. Ông cho rằng điều này có thể khiến người tham gia nghĩ rằng mình sẽ bị triệu chứng như thế như một loại **dự đoán tự thực hiện.**

Gillin, Buchsbaum và Jacobs (1974) cho rằng sự khác nhau giữa người bệnh tâm thần phân liệt và người bình thường có thể là thiếu tác động trở lại: người bệnh tâm thần phân liệt bị tước đoạt giấc ngủ REM sau đó không có vẻ lấy lại như người bình thường. Nhưng Vogel (1975) xem lại nhiều nghiên cứu tước đoạt giấc ngủ REM, kết luận rằng không có chứng cứ nào đối với sự liên kết giữa bệnh tâm thần phân liệt và tính bất thường trong giấc ngủ REM.

Tuy nhiên có vẻ có sự liên kết giữa **trầm cảm nội sinh** (xem Chương 8) và giấc ngủ REM. Vogel (1974) chứng minh rằng người bị trầm cảm nội sinh có vẻ biểu hiện triệu chứng thuyên giảm nếu bị tước giấc ngủ REM. Thuốc chống trầm cảm cũng làm giảm đáng kể giấc ngủ REM, Vogel cho rằng đây là tác dụng chính của thuốc. Một đặc điểm quan trọng của những loại thuốc này là chúng không tạo ra tác động trở lại: lượng giấc ngủ REM thực sự có vẻ giảm bớt. Các thuốc khác kiềm chế giấc ngủ REM thể hiện tác động trở lại khi cá nhân ngưng uống thuốc, Vogel cho rằng đây là lý do tại sao chúng không biểu hiện tác dụng chống trầm cảm tương tự.

Thuốc kiềm chế giấc ngủ REM và không biểu hiện tác động trở lại được nghĩ là những loại dùng để thay thế chức năng hoạt động bình thường trong giấc ngủ REM. Những thuốc tạo ra tác động trở lại được cho rằng chỉ kiềm chế giấc ngủ REM chứ không thay thế nó. Ý kiến ủng hộ lập luận này là sự liên kết của thuốc và chất truyền thần kinh liên quan đến giấc ngủ.

Thuốc chống trầm cảm có tác dụng bằng cách nâng cao lượng chất truyền thần kinh gọi là **catecholinergic** trong não - chất truyền thần kinh noradrenaline và dopamine, vì chúng không biểu hiện tác động trở lại REM nên người ta cho rằng chúng bắt chước tác động trên cơ thể của giấc ngủ REM. Như chúng ta đã thấy, Stern và Morgane (1974) cho rằng chức năng của giấc ngủ REM vẫn như nhau: phục hồi lượng noradrenaline và dopamine trong não sau khi chúng bị tước đoạt trong hoạt động lúc thức. Các thuốc khác có biểu hiện tác động trở lại, kiềm chế giấc ngủ REM nhưng không phục hồi những chất truyền thần kinh này.

Tại sao chúng ta ngủ?

Hầu như tất cả các loại động vật đều ngủ. Cá, bò sát, chim và động vật có vú tất cả đều có thời kỳ ngủ rất rõ ràng, trong khi động vật thân mềm và côn trùng biểu thị thời kỳ không hoạt động có vẻ rất giống với giấc ngủ. Green (1987) nhận dạng 3 loại giả thuyết đề xuất để giải thích tại sao con người và động vật phải ngủ, chúng ta cũng xét đến một số chứng cứ cho mỗi giả thuyết này. **Giả thuyết sinh lý** cho rằng chức năng chính của giấc ngủ là chức năng phục hồi sinh lý của cơ thể sau hoạt động trong ngày. **Giả thuyết tâm lý** cho rằng mục đích của giấc ngủ liên quan đến việc xử lý và lưu trữ kinh nghiệm của hoạt động ban ngày. **Giả thuyết sinh thái** nghiên cứu chức năng của giấc ngủ liên quan đến sự sống còn của chủng loài và mối quan hệ của nó với các cơ thể sống khác.

Horne (1988) tiến hành việc ôn lại nhiều tài liệu và đi đến kết luận rằng giả thuyết sinh lý liên quan đến giấc ngủ có rất ít chứng cứ. Mặc dù có nhiều quá trình hồi phục cơ thể diễn ra trong khi chúng ta ngủ – tiêu hóa, tổng hợp chất đạm, bài tiết sản phẩm thừa ra khỏi hệ thống cơ thể, v.v… - những điều này cũng diễn ra khi cơ thể hoàn toàn nghỉ ngơi và thư giãn. Nếu chúng ta có một ngày với yêu cầu đòi hỏi đặc biệt khắt khe về mặt cơ thể, chúng ta sẽ buồn ngủ nhanh hơn nhưng có vẻ không ngủ nhiều hơn bình thường (Horne và Minard, 1985). Đây là một số chứng cứ rằng sự vận động cơ thể quá mức làm thời gian ngủ tăng lên một chút: Shapiro *và người khác* (1980) nghiên cứu những người trong ngày phải thi đấu marathon và nhận thấy họ ngủ ít hơn đêm trước khi thi đấu vì cơ bắp đau nhức nhưng vào ba đêm kế tiếp, họ ngủ nhiều hơn một ít.

Tuy nhiên, đối với chức năng của não, sự xem lại tài liệu của Horne cho thấy dường như có một số lý do tâm lý giải thích giấc ngủ. Nghiên cứu tước đoạt giấc ngủ biểu thị một số hậu quả, con người bị các triệu chứng tâm thần phân liệt cực đoan hơn, thậm chí ở động vật có thể bị tử vong. Trong Cách mạng văn hóa ở Trung Quốc, khi Mao ban hành lệnh cho rằng chim là kẻ thù của con người vì chúng lấy cắp ngũ cốc, toàn bộ dân chúng đều liên tục làm chim hoảng hốt thông qua việc tạo ra tiếng động, và tiếng dập mạnh không ngừng suốt ngày đêm. Đến ngày thứ hai, chim sẻ đều chết trên cây. Tương tự, Rechtshaffen và người khác (1983) chứng minh rằng sự tước đoạt giấc ngủ kéo dài dẫn đến tử vong ở chuột. Có vẻ chắc chắn rằng sự sống còn của con người lớn hơn bắt nguồn từ việc họ là người tình nguyện và phần lớn được thông báo về nghiên cứu, giúp họ kiểm soát các mức căng thẳng tốt hơn.

Hartmann (1984) cho rằng giấc ngủ REM và không phải REM có những chức năng khác nhau trong cơ thể. Nhất là, Hartmann lập luận rằng giấc ngủ không phải REM đặc biệt đồng nhất với sự phục hồi cơ thể: lượng giấc ngủ không phải REM trong một đêm thông thường có biểu hiện gia tăng sau một bài tập thể dục gắng sức. Có thể điều này là những gì chúng ta cảm thấy khi nói về "ngủ ngon hơn" sau một ngày đi bộ ngoài trời. Mặt khác, Hartmann lập luận giấc ngủ REM cần thiết để phục hồi tâm lý hơn. Trong thời kỳ căng thẳng gia tăng, như trước khi hành kinh hay sau những biến cố căng thẳng trong đời sống, nhiều người biểu hiện mức gia tăng trong giấc ngủ REM. Có thể giải thích cho sự gia tăng này trực tiếp liên quan đến những gì đang diễn ra khi chúng ta đang mơ.

Giả thuyết sinh thái về giấc ngủ thường liên kết với lập luận tiến hóa về nhu cầu ngủ. Một số nhà nghiên cứu chẳng hạn như Webb (1974), cho rằng giấc ngủ là một loại trú đông mini, trong đó các quá trình trú đông cơ bản được cơ thể bắt chước – tỷ số chuyển hóa, huyết áp, thân nhiệt giảm. Nhiều động vật có vú trú đông trong các tháng mùa đông khi thức ăn khan hiếm có chức năng rõ ràng tiết kiệm tài nguyên trong cơ thể và bảo tồn nhiệt lượng. Cũng mang ý nghĩa tiến hóa khi cho rằng loại khả năng này chắc chắn phát triển dần dần – thật ra, nhiều động vật như sóc và gấu thường thức trong mùa đông – và thuyết tiến hóa về giấc ngủ cho rằng trú đông là một hình thức ngủ sâu, kéo dài đặc biệt.

Giấc ngủ hoạt động và êm

Một trong những trở ngại khi mô tả giấc ngủ REM đơn thuần như giấc ngủ mơ phát xuất từ thực tế cả động vật lẫn bào thai đều có giấc ngủ REM. Stern, Parmelee và Harris (1973) chứng minh rằng bào thai cũng có thời kỳ hoạt động EEG biểu thị trạng thái thức, giấc ngủ êm và giấc ngủ hoạt động. Ngoài ra, họ cũng đưa ra các mẫu đều đặn xen kẽ giữa ba thời kỳ, và các mẫu bào thai 36 tuần tuổi giống với các mẫu ở trẻ 8 tháng tuổi. Giấc ngủ hoạt động có vẻ quan trọng đối với trẻ sơ sinh: trẻ sơ sinh thường dành 70 đến 90% thời gian ngủ của mình trong giấc ngủ hoạt động. Thời gian này giảm dần xuống còn 20 đến 25% trong năm đầu sau khi sinh.

Chim và động vật có vú cũng biểu hiện giấc ngủ hoạt động lẫn giấc ngủ êm. Chúng xen kẽ giữa hai giấc ngủ này trong khi ngủ giống như con người. Một số nhà nghiên cứu chọn điều này để ngụ ý rằng giấc ngủ êm phát triển đầu tiên trong khi giấc ngủ hoạt động là một hiện tượng phát triển tương đối gần đây chỉ có ở động vật máu nóng. Nhưng các nhà nghiên cứu khác không đồng ý với lập luận này trên cơ sở cho rằng chứng cứ nói rằng động vật khác không có giấc ngủ hoạt động không rõ ràng.

Meddis (1977) lập luận động vật máu lạnh có tỷ số chuyển hóa chậm hơn động vật máu nóng vì thế biểu hiện sự thay đổi ít nhận thấy hơn trong các mẫu EEG và cử động của mắt. Thực ra, Meddis phát biểu chính giấc ngủ êm có khả năng phát triển muộn hơn vì yêu cầu điều hòa thân nhiệt ở động vật máu nóng. Điều hòa thân nhiệt là một đặc điểm quan trọng của giấc ngủ êm nhưng không quan trọng đối với loài bò sát, cá và động vật lưỡng cư. Meddis cũng cho rằng điều này giải thích tại sao giấc ngủ hoạt động có vẻ xảy ra trước giấc ngủ êm ở bào thai: vì sự tăng trưởng và phát triển ban đầu của bào thai, chính giấc ngủ hoạt động mới quan trọng nhưng khi bào thai phát triển các cơ quan bên trong và hệ thống điều hòa thân nhiệt, thì giấc ngủ êm mới cần thiết hơn, vì thế có khả năng gia tăng.

Hai quan điểm khác nhau này về sự phát triển giấc ngủ hoạt động và giấc ngủ êm không dễ giải quyết. Stern và Morgane (1974) chứng minh rằng ít nhất ở động vật có vú trưởng thành, giấc ngủ hoạt động có vẻ cần thời kỳ ngủ êm đầu tiên, hàm ý rằng giấc ngủ êm xảy ra trước giấc ngủ hoạt động theo nghĩa tiến hóa. Nhưng mẫu này chỉ ở động vật có vú trưởng thành, vì thế có thể là sự thích nghi muộn hơn, thực ra không phản ánh sự liên kết tiến hóa cơ bản.

Mặt khác Czeisler và người khác (1980) chứng minh rằng giấc ngủ và điều hòa thân nhiệt đều tương quan mật thiết. Bằng cách nghiên cứu các mẫu giấc ngủ ở người trong nhiều tháng bị cách ly không hề biết ngày hay đêm, Czeisler nhận thấy thân nhiệt của họ có thể dùng để dự đoán họ đã ngủ trong bao lâu. Những người cảm thấy buồn ngủ khi thân nhiệt của họ thấp sẽ ngủ 7, 8 tiếng nhưng nếu buồn ngủ khi thân nhiệt cao, họ sẽ ngủ đến 15 tiếng hay hơn. Nhưng cho rằng thân nhiệt và giấc ngủ liên quan không có nghĩa là giấc ngủ êm phát triển từ điều hòa thân nhiệt: chúng ta cần có nhiều chứng cứ hơn trước khi chấp nhận giả thuyết này hay giả thuyết khác trong số những giả thuyết này.

Rối loạn giấc ngủ

Có nhiều sự bất thường trong giấc ngủ, gây ra sự khó chịu đáng kể ở một số người đã gặp trường hợp này. Có lẽ nổi tiếng nhất trong số này là một rối loạn giấc ngủ gọi là **chứng mất ngủ** trong đó cá nhân cảm thấy khó ngủ hay duy trì giấc ngủ. Chứng mất ngủ phát sinh do nhiều lý do, nhưng thường kèm theo trạng thái lo âu, căng thẳng sinh lý. Thông thường việc nhận dạng nguồn gây căng thẳng cũng giải quyết được chứng mất ngủ. Hầu hết mọi người đều bị mất ngủ ở mức độ nào đó trước và trong những thời điểm đặc biệt căng thẳng. Chẳng hạn, thời kỳ trước khi dọn nhà thường kèm theo chứng mất ngủ, cũng như thời điểm trước kỳ thi. Chú ý có hệ thống trong kỹ thuật kiểm soát căng thẳng thường giải quyết chứng mất ngủ này thành công.

Có ba loại mất ngủ (xem Bảng 11.5), nhưng chỉ thực sự mô tả được khi chúng diễn ra. Mặc dù thật thú vị, có một số chứng cứ cho thấy người bệnh mất ngủ thực ra ngủ còn nhiều hơn mức họ nghĩ.

Bảng 11.5 Các chứng mất ngủ

Khởi đầu chứng mất ngủ: Xảy ra khi con người cảm thấy khó ngủ.

Duy trì sự mất ngủ: Xảy ra khi con người cảm thấy khó duy trì giấc ngủ và thường thức giấc trong đêm.

Chấm dứt sự mất ngủ: Xảy ra khi con người thức giấc sớm và không thể ngủ tiếp được.

Kales và Kales (1984) nhận thấy từ số đo EEG, những người quả quyết rằng mình hầu như thức suốt đêm thực ra lại ngủ suốt. Tuy nhiên, họ có vẻ mơ rằng mình đang thao thức, và báo cáo theo cách chủ quan rằng họ cảm thấy mệt mỏi vô cùng.

Ngạt ngủ là một rối loạn hô hấp trong đó con người đột nhiên ngưng thở trong khi đang ngủ. Khoảng 10 đến 15% số người lớn có những thời kỳ ngạt ngủ, kéo dài trong khoảng 10 giây. Tuy nhiên, những người bị ngạt cực độ thường thức giấc trong cơn hoảng hốt và thở hổn hển. Do đó, các mẫu giấc ngủ của họ bị rối loạn nghiêm trọng, không hề có đêm nào yên tĩnh- thậm chí thực ra họ không nhớ mình đã thức giấc trong đêm.

Cai thuốc là một nguồn khác làm rối loạn giấc ngủ. Những người uống thuốc barbiturate và an thần thường dẫn đến tình trạng lệ thuộc sinh lý, có nghĩa là họ có cảm giác rối loạn khi không dùng thuốc nữa. Do đó cơ thể của họ rơi vào trạng thái đánh thức cao ngăn họ không thể ngủ được. Quá trình này tạo ra một vòng luẩn quẩn, cá nhân phải uống thuốc nhiều hơn để ngủ tiếp, vì thế sự lệ thuộc vào thuốc càng tăng.

Ngủ rũ là một tình trạng tương đối hiếm, trong 1000 người thì có một người mắc phải, có vẻ mang tính di truyền. Thực ra, ngủ rũ là dễ buồn ngủ trong ngày đến mức không ngờ. Ngủ rũ có 4 triệu chứng phổ biến, được liệt kê trong Bảng 11.6.

Bảng 11.6 Triệu chứng ngủ rũ

1 Buồn ngủ dần dần và đột ngột trong ngày.

2 Mất trương lực – đột nhiên cơ bắp yếu trong khi thức thường do cảm xúc mạnh tạo ra.

3 Liệt ngủ – không có khả năng cử động trong khi đang ngủ hay thức.

4 Ảo giác do thuốc ngủ – trạng thái mơ màng lúc đầu cơn buồn ngủ mà cá nhân cảm thấy khó phân biệt với trạng thái thức.

Có vẻ ngủ rũ đồng nhất với sự xâm phạm giấc ngủ REM vào trạng thái thức (mỗi triệu chứng trong số này chẳng hạn như liệt cơ, giấc mơ xấu, v.v... đi kèm với giấc ngủ REM). Thuốc dùng để kiềm chế ngủ rũ cũng là thuốc làm giảm giấc ngủ REM cũng như ngụ ý rằng có sự kết hợp giữa cả hai.

Hầu hết mọi người đều trải qua tình trạng **mất trương lực** – liệt cơ – trong khi ở trong giấc ngủ REM. Tuy nhiên, những người có triệu chứng gọi là **rối loạn hành vi REM** có vẻ gặp rối loạn có nghĩa là trương lực bị kiềm chế. Do đó, trong khi đang mơ họ thường có động tác đấm đá, đôi lúc tự gây chấn thương cho mình hay người khác. Ở động vật, rối loạn này có vẻ đi kèm với thương tổn ở cầu não và não giữa, nơi có các tế bào não ức chế hoạt động vận động. Người ta đoán rằng cơ chế tương tự cũng gặp ở con người.

GIẤC MƠ

Mọi người đều mơ trong đêm mặc dù một số khẳng định mình không bao giờ mơ. Điều này có vẻ là vì họ không hồi tưởng mình đã mơ khi thức giấc. Dement và Kleitman (1957) tiến hành nghiên cứu đánh thức người tham gia trong đêm. Họ chứng minh rằng cho dù chúng ta có nhớ lại giấc mơ hay không đều tùy thuộc vào việc liệu chúng ta có thức giấc từ giấc ngủ đang mơ hay không mơ: nếu một người bị đánh thức từ giai đoạn giấc ngủ không mơ thì họ không nhớ gì về việc mình đã mơ, nhưng nếu bị đánh thức từ giấc ngủ REM thì chắc chắn họ sẽ nhớ lại giấc mơ.

Giấc mơ, như chúng ta biết là vấn đề thu hút, việc giải thích giấc mơ là một ám ảnh chính trong các nền văn hóa nhân loại từ xa xưa. Một số nền văn hóa, chẳng hạn như văn hóa của Thổ dân châu Úc, có những hiểu biết về mỹ thuật, phát triển kỹ năng tìm hiểu trong các giấc mơ cũng như mô tả chúng sau khi chúng xảy ra. Tìm hiểu giấc mơ như thế gọi là **giấc mơ tỉnh táo** – cá nhân liên quan biết rằng họ đang mơ, cùng với thực tế, có thể học cách tác động đến nội dung giấc mơ một cách trực tiếp.

Dement và Wolpert (1958) chứng minh rằng chúng ta hoàn toàn không phải là không nhận thức thế giới bên ngoài trong khi đang mơ. Họ dùng nước lạnh rưới nhẹ vào những người đang ngủ khi họ trong giấc ngủ REM. Sau đó, họ đánh thức người đang ngủ và hỏi đã mơ thấy điều gì. Hầu hết đều trả lời có những giấc mơ đi kèm với nước theo nhiều cách, chẳng hạn như đi bộ lúc trời mưa hay đang tắm vòi sen. Vì thế tác nhân nước kích thích thực sự đã được kết hợp vào giấc mơ nhưng không được cảm thấy một cách chính xác. Giống như nhiều khía cạnh khác của vấn đề có thể xuất hiện trong khi chúng ta đang mơ nhưng xảy ra trong hình thức ngụy trang.

Giấc mơ tỉnh táo khác với loại cảm giác ấy vì bản chất của giấc mơ tỉnh táo là cá nhân nhận thức rằng mình đang mơ, vào thời điểm họ đang có giấc mơ. Các nhà nghiên cứu giấc ngủ chứng minh rằng những loại giấc mơ này có một số đặc điểm khác với giấc mơ không tỉnh táo bình thường. Bảng 11.7 liệt kê một số khác biệt này. Không phải ai cũng có giấc mơ tỉnh táo, nhưng Green và McCreery (1994) đề cập nỗ lực có ý thức để nhận biết giấc mơ – chẳng hạn, cố nhận ra những sự kiện phi lý là kỳ quặc hay có thói quen thường xuyên đặt câu hỏi liệu cảm giác ấy có phải là giấc mơ hay không – thường thành công trong việc mang lại giấc mơ tỉnh táo.

Bảng 11.7 Sự khác nhau giữa giấc mơ tỉnh táo và không tỉnh táo

1 Giấc mơ tỉnh táo cho thấy ít có sự khác biệt giữa nội dung hiện và nội dung ẩn: không giống các giấc mơ thông thường, chúng không có vẻ sử dụng biểu tượng để che giấu ý nghĩa.

2 Người đang mơ có cảm giác kiểm soát sự kiện trong giấc mơ tỉnh táo, nhưng cảm thấy bị động và không thể kiểm soát các giấc mơ thông thường.

3 Người mơ giấc mơ tỉnh táo có thể phản ánh hay suy nghĩ những gì họ đang làm vào thời điểm mơ.

4 Người mơ giấc mơ tỉnh táo có khả năng sử dụng trí tưởng tượng trong khi mơ và nghĩ về vấn đề khác cũng như tình huống trước mắt.

5 Giấc mơ tỉnh táo có vẻ dễ nhớ nhiều hơn giấc mơ thông thường: chi tiết được nhớ lại dễ hơn khi người mơ thức giấc.

Nguồn: Green và McCreery, 1994

Hearne (1981a) sử dụng một phương pháp khác. Ông báo cáo một loạt thí nghiệm với giấc mơ tỉnh táo, trong đó cá nhân học cách kiểm soát giấc mơ của riêng mình bằng việc nhận thức rằng mình đang mơ. Nghiên cứu của Hearne yêu cầu người tham gia phải ngủ đêm trong phòng thí nghiệm đặc biệt, để có thể quan sát hoạt động REM của họ. Khi REM bắt đầu, người tham gia nghiên cứu được nghe một tín hiệu bên ngoài (tiếng chuông điện gắn vào cổ tay) để cho họ biết đang đi vào giấc ngủ REM. Kết quả, họ nhận thức rằng mình đang mơ.

Chúng ta cử động cơ bắp ở mắt trong khi đang mơ cho dù phần cơ thể còn lại không cử động. Schatzmann, Worsley và Fenwick (1988) nhận thấy cử động ở mắt của người tham gia nghiên cứu tương ứng với kinh nghiệm chủ quan của họ – khi người mơ giấc mơ tỉnh táo mơ thấy mình đang vẽ một hình tam giác trên vách thì mắt của anh ta di chuyển theo hướng hình tam giác tương ứng. Ngoài ra, các nhà nghiên cứu nhận thấy những người đang có giấc mơ tỉnh táo đều có khả năng chủ động kiểm soát cử động của mình – bằng cách đồng ý với một loạt tín hiệu cử động ở mắt được sắp xếp từ trước, người tham gia nghiên cứu trong thí nghiệm của Hearne thậm chí có thể cho người thí nghiệm biết nội dung những gì họ đang trải qua. Họ phát triển một mật mã đặc biệt đối với các sự kiện giấc mơ thông thường như đang bay hay đối với tín hiệu "có" hay "không" khi trả lời câu hỏi.

Một trong những điều lý thú nhất về giấc mơ tỉnh táo là cách người đang mơ báo cáo rằng họ có thể kiểm soát mình ít nhất là một phần. Nhưng Hearne (1981b) cho rằng nỗ lực kiểm soát giấc mơ cũng có điểm hợp lý: không có vấn đề cố gắng làm cho những sự việc không thể diễn ra vì hoàn toàn không có tác dụng. Ngay cả một số vấn đề hợp lý như mở đèn cũng thật phức tạp. Và giấc mơ tỉnh táo cũng không tự thêm vào ý nghĩ tưởng tượng kỳ quặc không hạn chế: Green và McCreery (1994) nhận thấy người mơ giấc mơ tỉnh táo thường có cảm giác ức chế mạnh chống lại sự gây thương tổn đối với bản thân và người khác, thậm chí khi họ rất cố gắng trên cơ sở cho rằng họ biết đó là giấc mơ, vì thế đây là hành động an toàn. Họ nhận thấy hầu hết gần như không thể làm người khác tổn thương hay tự làm mình bị thương.

Một trong số rất ít ngoại lệ là trường hợp một phụ nữ kể lại việc tấn công người khác trong một tiệc chiêu đãi. Tuy nhiên, giấc mơ thể hiện rõ rằng khả năng xảy ra là sự bảo vệ giá trị cá nhân của phụ nữ ấy theo cách tượng trưng: phụ nữ bị tấn công có vẻ biểu tượng hóa một phiên bản tâm lý vô nhân tính, lạnh lùng, và sự tấn công của người đang mơ thuộc về sự bảo vệ lập trường-mang tính nhân văn hơn. Khi giấc mơ tiếp diễn, người mà phụ nữ ấy tấn công lại hiện ra, mỉm cười, họ ôm lấy nhau rất thân mật. Vì thế minh họa này liên quan đến việc thể hiện xung đột biểu tượng hơn là sự gây hấn trực tiếp chống lại người khác.

Người mơ giấc mơ tỉnh táo cũng báo cáo gặp trở ngại trong một số khía cạnh khác khi kiểm soát giấc mơ. Một trong những trở ngại này liên quan đến việc đọc sách: khi người đang mơ cố đọc quyển sách nào đó, lúc đầu có vẻ họ thành công, nhưng khi đọc trở lại họ nhận thấy nội dung đã thay đổi hay lúc này chỉ toàn là các chữ tượng hình. Làm bài tập số học hay toán cũng gặp khó khăn bất thường, một số nhà nghiên cứu, nhất là Green và McCleery sử dụng điểm này để lập luận rằng giấc mơ tỉnh táo phải bao gồm một mức hoạt động cao của bán cầu phải. Nhưng lập luận của họ vẫn nằm trên giả định hai bán cầu não hoàn toàn có chức năng trái ngược nhau, trong khi như chúng ta đã biết trong Chương 10, chức năng của chúng nói chung không tách biệt nhau. Các nhà nghiên cứu khác, nhất là Cohen (1979) cho rằng, nếu có, giấc mơ tỉnh táo là hoạt động của bán cầu trái vì thế vấn đề những gì thực sự diễn ra trong một giấc mơ tỉnh táo vẫn còn bỏ ngỏ. Nhưng sau đó vấn đề những gì thực sự diễn ra trong giấc mơ thông thường cũng thế. Những gì mà các nhà nghiên cứu giấc mơ tỉnh táo có vẻ nhất trí là cảm giác giấc mơ tỉnh táo có vẻ làm cho người mơ cực kỳ dễ chịu. Không có chứng cứ cho thấy giấc mơ tỉnh táo được kiểm soát có hiệu quả kém hơn theo nghĩa giấc ngủ hay suy nghĩ còn lại hơn giấc mơ thông thường, nhiều nhà nghiên cứu cho rằng nếu có thì đây là sự cải thiện.

Lý thuyết giấc mơ của Freud

Có nhiều cách giải thích đưa ra để giải thích tại sao người ta mơ. Có lẽ nổi tiếng nhất trong số này là lý thuyết do Freud đề xuất, cho rằng giấc mơ là sự thực hiện ý muốn tiềm thức, nhưng các nhà nghiên cứu khác lại chọn quan điểm khác.

Freud (1901) quả quyết rằng trong khi mơ, suy nghĩ tiềm thức nổi bật và diễn đạt nhu cầu, mong muốn của mình. Để đảm bảo rằng cái tôi không bị những nhu cầu, mong muốn này đe dọa trực tiếp, thế nhưng nhu cầu và mong muốn ấy xuất hiện dưới dạng trá hình. Ông gọi các hạng mục và sự kiện trong giấc mơ là **nội dung hiện** trong khi ý nghĩa ẩn của giấc mơ là **nội dung ẩn.** Freud cho rằng tiềm thức chuyển đổi nội dung ẩn thành nội dung hiện qua một quá trình ông gọi là **nghiên cứu giấc mơ.**

Vì Freud xem tiềm thức con người về cơ bản tập trung vào năng lượng tình dục, nên ông giải thích hầu hết các biểu tượng trong giấc mơ theo nghĩa nội dung tình dục ẩn. Tuy nhiên, có nhiều cách giải thích điều này. Một là, cho dù giải thích của Freud có giá trị đi nữa, thành kiến giới tính có lẽ thịnh hành trong thời đại Victo rất kiềm chế tình dục khi Freud phát triển lý thuyết của mình (dĩ nhiên không phải tất cả các bộ phận trong xã hội Victo đều bị kiềm chế tình dục nhưng Freud chỉ nghiên cứu thành viên thuộc giai cấp trung lưu, nơi sự kiềm chế tình dục là một đặc điểm quan trọng trong đời sống hàng ngày).

Vì thế hoàn toàn có thể cho rằng phần lớn bệnh nhân của Freud đều diễn đạt mong muốn tình dục tiềm thức trong giấc mơ nhưng điều này không hẳn có nghĩa ngày nay sự thật cũng như thế. Một xã hội trong đó ẩm thực phải được thực hiện ở nơi kín đáo và không bao giờ bàn về nó chắc chắn sẽ làm cho con người mơ đến ẩm thực, nếu sự cấm đoán xã hội ở mức đủ mạnh thì những giấc mơ ấy bao gồm biểu tượng và ẩn ý hơn là những minh họa ẩm thực dễ hiểu, vì thế không phải là nguyên nhân khiến cho con người phải quá nhiều lo âu!

Tuy nhiên, nhiều nhà nghiên cứu rất hoài nghi giải thích của Freud về giấc mơ và lo âu ở bệnh nhân. Schatzman (1992) cho rằng giải thích riêng của Freud trong nghiên cứu liệu pháp mâu thuẫn nhau – báo cáo ban đầu hoàn toàn khác với báo cáo sau này của Freud trong cùng một nghiên cứu. Những khác biệt này, theo Schatzman cho thấy Freud có thể giải thích quá mức những gì bệnh nhân báo cáo với ông. Một vấn đề khác nhưng có liên quan trong tiếp cận phân tích giấc mơ của Freud luôn mang tính hồi tưởng: đầu tiên cá nhân phải có giấc mơ sau đó mới tìm hiểu ý nghĩa – hầu hết giấc mơ đều phức tạp đến mức hầu như mọi ý nghĩa bất kỳ tìm thấy trong giấc mơ nếu bạn được chuẩn bị có trí tưởng tượng thích hợp. Vì thế mặc dù lý thuyết giấc mơ của Freud là một lý thuyết lý thú nhưng không có điều nghiên khoa học vững chắc.

Giấc mơ như sự quên

Một tiếp cận thay thế về giấc mơ do Crick và Mitchison đề xuất trong năm 1983. Thay vì xem giấc mơ là biểu hiện ý muốn hay mong muốn tiềm thức, thì Crick và Mitchison cho rằng giấc mơ hầu những là một sản phẩm phụ ngẫu nhiên của hoạt động não thần kinh. Họ cho rằng, trong ngày, bộ não tiếp xúc vô số ấn tượng nhận cảm và tạo ra rất nhiều sự kết hợp trí nhớ tự phát. Kết hợp với nhau những điều này miêu tả sự quá tải nhận cảm đối với suy nghĩ. Khi chúng ta ngủ, não sàng lọc những ấn tượng nhận cảm này và loại bỏ chúng. Quá trình như thế có nghĩa là kích hoạt mạng thần kinh, chúng ta tình cờ cảm nhận lại một số kinh nghiệm và liên kết này. Theo Crick và Mitchison lúc ấy chúng ta mơ cũng nhiều như quên sự việc như đối với bất kỳ lý do khác.

Chắc chắn có vẻ có một số chứng cứ cho rằng giấc mơ đi kèm với sự phục hồi tâm lý. Hartmann (1984) nhận thấy phụ nữ bị căng thẳng trước kỳ kinh có giấc ngủ REM nhiều hơn những thời điểm khác trong chu kỳ kinh nguyệt. Và cho rằng đây là phản ứng đối với mức độ căng thẳng tâm lý cao hơn họ đang có trong những thời điểm như thế. Hartmann cũng nhận thấy bệnh nhân tâm thần có vẻ có mức ngủ REM rất cao khi so sánh với cá nhân tương tự không phải qua điều trị tâm thần. Nhưng thực ra chúng ta không thể cho rằng liệu nhận xét như thế có ủng hộ quan điểm của Crick và Mitchison hay không, vì có nhiều lý do thay thế giải thích tại sao những người như thế mơ nhiều hơn. Chẳng hạn, có lẽ giấc mơ kết hợp với sự phục hồi tâm lý vì giấc mơ giúp con người giải quyết rối loạn của mình: một quan điểm thể hiện trong lý thuyết sau, chúng ta sẽ khảo sát.

Giấc mơ như tìm hiểu kinh nghiệm

Evans (1984) lại chọn quan điểm khác. Evans cũng xem giấc mơ như việc cung cấp một cơ chế qua đó não phân loại các ấn tượng nhận cảm và các loại thông tin khác tiếp nhận trong ngày. Nhưng không giống Crick và Mitchison, cho rằng chúng ta phân loại là để quên, Evans hàm ý giấc mơ giúp não sắp xếp lại thông tin này, vì thế giúp chúng ta phân loại và tìm hiểu ý nghĩa của thông tin. Ngoài ra, bằng việc kết hợp với các phân mảnh hiểu biết trước đây, não cũng có khả năng tổ chức lưu trữ trí nhớ sao cho liên kết các chủ đề tương tự với nhau.

Mô hình này có vẻ là một mô hình hữu ích nếu chỉ vì tìm hiểu ý nghĩa nhiều đặc điểm giấc ngủ quen thuộc trong đời sống hàng ngày. Chẳng hạn điều ai cũng biết là giấc ngủ thường giúp con người gác lại một vấn đề vì vào lúc bạn thức, giải pháp thường xuất hiện hay ít nhất vấn đề thường có vẻ rõ ràng hơn trước kia. Nếu, trong thời gian bạn đang mơ, bộ não phân loại thông tin và liên kết thông tin với những vấn đề khác mà bạn biết thì lúc đó thật dễ nhìn thấy điều này diễn ra ra sao (Dĩ nhiên nó cũng là một tác động tốt đến tâm trạng: giúp gác lại vấn đề vì chúng ta hiếm khi nhìn thấy các mặt tích cực của vấn đề khi mệt mỏi).

Lý thuyết giấc mơ của Evans cũng liên kết với giải quyết vấn đề tiềm thức có vẻ là một đặc điểm suy nghĩ sáng tạo như thế. Chẳng hạn, nhà hóa học Kekulé báo cáo rằng ông có thể nhận dạng cấu trúc vòng của các phân tích benzen sau khi mơ thấy một con rắn đang cuộn tròn thành một vòng lặp liên tục có vẻ như nó đang ăn phần đuôi của chính mình. Khi thức giấc, ông nhận thấy hình vòng liên tục có thể là ý nghĩa từ dữ liệu thí nghiệm khó hiểu của mình. Mặc dù ở dạng ngụy trang, nhưng ông đoan chắc giấc mơ phần nào cho ông biết câu trả lời.

Lý thuyết này cũng cung cấp cho chúng ta lời giải thích tại sao chúng ta gặp nhiều giấc mơ xấu khi gặp rắc rối. Dĩ nhiên, một phần chắc chắn chúng ta ngủ không ngon vì trạng thái đánh thức cơ bản chúng ta đang trải qua cao hơn (xem Chương 13), và điều này làm chúng ta nhạy cảm với các rối loạn hay tác nhân kích thích bên ngoài nhiều hơn. Nhưng mô hình này cũng cho rằng não trong tiềm thức đang cố tìm ra giải pháp cho các khó khăn: tái khởi động các chữ viết để cố tìm ra tùy chọn hay khía cạnh thay thế trong vấn đề đã bị lãng quên. Trong những trường hợp nơi có thể tìm ra giải pháp, như chúng ta đã biết, chúng ta có thể đánh thức cảm giác dễ chịu và biết phải làm gì, nhưng nơi nào vấn đề nghiêm trọng hơn và sâu sắc hơn thì nỗ lực tiềm thức của não chỉ tạo ra sự thất vọng, phản ánh qua những giấc mơ xấu hay ác mộng.

THÔI MIÊN

Một số nhà tâm lý học cho rằng thôi miên tượng trưng một trạng thái ý thức đặc biệt – mặc dù như chúng ta sẽ thấy không phải ai cũng đồng ý. Vào cuối thế kỷ 18, Franz Mesmer đưa ra một số mô tả thú vị về những gì ông gọi là "sức hấp dẫn của động vật". Ông cho rằng điều này bắt nguồn từ dòng chảy ảnh hưởng vô hình giống như chất dịch từ người thôi miên đến người tham gia nghiên cứu, và làm cho người tham gia nghiên cứu phải tuân theo ý muốn của người thôi miên. Mesmer là một trong số những người đầu tiên phổ biến hiện tượng **thôi miên**, trong nhiều năm được gọi là **mesmerism** (thuật thôi miên), gọi theo tên ông.

Trong thế kỷ 19, nhà thần kinh học người Pháp Charcot khám phá rằng thôi miên có thể là một kỹ thuật điều trị đáng giá đối với chứng bệnh gọi là hysteria (chứng cuồng loạn) – một căn bệnh khó chữa, thường rất đau đớn, có vẻ nhiều phụ nữ trong thời điểm ấy mắc phải. Freud có một khoảng thời gian nghiên cứu dưới sự dìu dắt của Charcot, và thường sử dụng kỹ thuật thôi miên trong công trình đầu tiên của mình. Charcot cho rằng những gì diễn ra trong trạng thái thôi miên mang tính triệu chứng rối loạn thần kinh cơ bản ở bệnh nhân. Chính Freud cũng hàm ý rằng thôi miên là một hình thức hồi qui từng phần trong đó cá nhân đi ngược về trạng thái trẻ con hơn, vì thế thoát khỏi sự kiểm soát do cái tôi áp đặt lên tâm thần. Điều này hình thành một phần lý thuyết nhân cách của Freud, chúng ta đã khảo sát trong Chương 7.

Sau đó, thôi miên thu hút sự tưởng tượng của công chúng, được các nhà ảo thuật trên sân khấu trình diễn thật ấn tượng, sử dụng như những khái niệm chính trong những câu chuyện ly kỳ, thậm chí dùng để "phát hiện" trí nhớ quên lãng. Nhưng trong quá trình, hiện tượng thôi miên đã được tiểu thuyết hóa và phóng đại cho đến khi hình ảnh thôi miên do điện ảnh, ảo thuật gia sân khấu trình bày không phản ánh đúng sự thật. "Lý thuyết Hollywood" về thôi miên, được mô tả trong phim ảnh và tiểu thuyết kém hiện thực, cho thấy: (1) người bị thôi miên hoàn toàn nằm trong sự kiểm soát của người thôi miên, (2) họ có thể làm được điều mà trong trạng thái bình thường không thể làm được – thậm chí đến mức độ giết người, và (3) người bị thôi miên hành động ngược với ý muốn của mình.

Không có điểm nào trong số này là đúng. Người chủ động hợp tác với nhà thôi miên thậm chí trong lúc họ bị thôi miên, họ không thể có hành động chống lại nhận thức của riêng mình và họ không thể bị thôi miên được nếu như không muốn hợp tác.

Vì thế, sau khi đề cập có thôi miên hay không, chúng ta chuyển sang ý kiến của các nhà tâm lý học. Hai trường phái tư tưởng đối với thuật thôi miên được đề cập trong Khung 11.1 ở trang 346. Nhưng có lẽ vấn đề đầu tiên là khả năng nhạy cảm với thôi miên ít nhiều khó tránh khỏi. Năm 1965, Hilgard tiến hành nghiên cứu 533 sinh viên để đánh giá khả năng nhạy cảm với thôi miên. Họ được yêu cầu tiến hành nhiều nhiệm vụ khác nhau từ những nhiệm vụ tương đối dễ, như nhắm mắt sau khi chăm chú liên tục vào một mục tiêu và được yêu cầu giả vờ ngủ, đến những nhiệm vụ phức tạp hơn, như ảo giác thị giác sau khi thôi miên. Đợt thứ nhất cho thấy chỉ có ¼ số sinh viên phản ứng như thể họ bị thôi miên sâu, và chỉ khoảng 5% đạt điểm tối đa. Hầu hết sinh viên đều có khuynh hướng chỉ phản ứng đối với những nhiệm vụ ấy sẽ tác động liệu một người có bị thôi miên hay không chẳng hạn như lắc lư thân mình ra phía sau trong khi đang đứng, nhưng một mắt nhắm.

HIỆN TƯỢNG THÔI MIÊN

Nếu chúng ta phải đánh giá hai giải thích về thôi miên – liệu có phải là một trạng thái ý thức đặc biệt hay là một phản ứng mạnh đối với một gợi ý hay đề nghị xã hội – thì chúng ta cũng cần nghiên cứu một số hiện tượng thôi miên chính và xem nghiên cứu có hệ thống chứng minh điều gì (trái với ảo thuật trên sân khấu). Hiện tượng thôi miên có thể phân thành năm nhóm, liệt kê trong Bảng 11.8. Chúng ta khảo sát liệu chứng cứ tâm lý đối với những hiện tượng này có cho rằng thôi miên là một hình thức ý thức đặc biệt khác hay không.

Khả năng không ngờ

Cách giải thích thay thế đối với những hiện tượng này là người ta thường đánh giá quá thấp khả năng của mình ở mức đáng ngạc nhiên, và nhà thôi miên trên sân khấu thực ra đã đặt họ vào trong tình huống nơi họ không hề hoài nghi về khả năng. Morris *và người khác* (1993) nêu rõ các nhà thôi miên trên sân khấu rất khéo trong việc chọn cá nhân nào có khả năng phù hợp với yêu cầu của họ nhất. Hầu hết mọi người đều thích cộng tác hơn là đối đầu, và có những dấu hiệu tiềm thức mà những người đặc biệt hợp tác biểu hiện khi họ xem nhà ảo thuật trên sân khấu. Các nhà thôi miên trên sân khấu tự rèn luyện mình để đặc biệt nhạy cảm với những dấu hiệu này.

Bảng 11.8 Các loại hiện tượng thôi miên

Khả năng không ngờ: Một thủ đoạn ưa thích của các nhà thôi miên sân khấu là phải khiến cho người khác làm được những chuyện mà chính họ phải ngạc nhiên và không hề nghĩ mình có thể làm được như thế.

Trí nhớ thôi miên: Nhóm hiện tượng thôi miên thứ hai liên quan đến trí nhớ thôi miên trong đó cá nhân dường như gặp hai trường hợp có thể hay không thể phục hồi trí nhớ từ trạng thái bị thôi miên. Trong **chứng quên sau khi thôi miên** người ta có vẻ "quên" hay "nhớ" theo mệnh lệnh.

Khống chế đau nhức: Các nhà tâm lý học khác nghiên cứu thôi miên giúp con người khống chế đau nhức như thế nào. Kỹ thuật thôi miên chứng tỏ tạo ra sự thuyên giảm đáng kể ở bệnh nhân trong nhiều bối cảnh lâm sàng khác nhau, bao gồm giảm đau, điều trị bệnh da như mụn cóc, và tình trạng lo âu như hen suyễn.

Hiện thân thôi miên: Một nhóm hiện tượng thôi miên thứ tư liên quan đến **hồi qui độ tuổi.** Đôi lúc, người tham gia nghiên cứu bị thôi miên có vẻ có khả năng trở ngược về đời sống trước đây. Họ có trí nhớ rất cụ thể, chi tiết, thường được mô tả là hoàn toàn không có tiếp cận nào đối với thông tin ấy trong đời sống hiện tại của mình.

Người quan sát ẩn: Loại nghiên cứu thôi miên thứ năm là vấn đề **người quan sát ẩn.** Những người tham gia nghiên cứu bị thôi miên hay những người tham gia nghiên cứu nghĩ rằng mình đã bị thôi miên thường báo cáo rằng, mặc dù họ tuân theo yêu cầu của nhà thôi miên nhưng một bộ phận khác trong suy nghĩ của họ bình thản quan sát điều gì đang diễn ra. Bộ phận ấy biết rõ họ đang làm gì và phê phán khách quan đối với hành động ấy. Nhưng bộ phận ấy không ảnh hưởng đến việc họ đang làm: họ vẫn làm theo ý muốn của nhà thôi miên.

Trong một buổi trình diễn trên sân khấu điển hình, nhà thôi miên bắt đầu bằng cách tiến hành một bài tập nhỏ trong đó mọi khán giả đều tham gia, đưa ra những gợi ý thôi miên cũng như đối với người nên chọn trong số khán giả. Trên sân khấu thường có quá trình chọn lọc kỹ hơn (ngụy trang bằng sự trình diễn sức mạnh thôi miên) giúp nhà thôi miên chọn ra cá nhân dễ bị ảnh hưởng nhất. Những người này lo âu khi nghe theo lời nhà ảo thuật cho dù họ không thừa nhận sự lo âu này – họ được chọn vì lý do ấy. Vì thế không có gì ngạc nhiên khi các nhà thôi miên tạo ra kết quả ấn tượng như thế.

Có một số nghiên cứu lý thú về thuật thôi miên giả vờ, trong đó người tham gia nghiên cứu không bị thôi miên được yêu cầu hành động như thể họ bị thôi miên. Orne (1979) chứng minh rằng những người này có một số biểu hiện khác với người tham gia nghiên cứu bị thôi miên "bình thường", theo nghĩa **thôi miên logic** – khả năng đáng tin hoạt động của họ. Chẳng hạn: nếu người bị thôi miên được bảo rằng họ không thể nhìn thấy ghế trước mặt thì họ sẽ có khuynh hướng bước vòng quanh ghế. Nhưng những người giả vờ thường có khuynh hướng đâm sầm vào ghế.

Tương tự, Nogrady và người khác (1983) chứng minh rằng người giả vờ thôi miên, nếu được yêu cầu "hồi qui" về thời thơ ấu sẽ viết giống như trẻ con và phát âm không chính xác. Trái lại, những người tham gia nghiên cứu bị thôi miên viết những câu phức tạp của người lớn mặc dù họ vẫn báo cáo có cảm giác như trẻ con. Nói cách khác, người ta chỉ giả vờ bị thôi miên thực ra tạo ra một phản ứng đáng tin hơn những người bị thôi miên "thực sự"! và phản ứng ấy thường có vẻ để lộ khả năng không ngờ.

Trí nhớ thôi miên

Năm 1961, Hilgard *và người khác* chứng minh rằng cá nhân dễ bị ảnh hưởng thường có khuynh hướng đặc biệt trong chứng quên sau khi thôi miên. Trong nghiên cứu này, những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu quên các sự kiện diễn ra trong một đợt thôi miên cho đến khi họ được cung cấp tín hiệu sắp xếp từ trước của nhà thôi miên. Khoảng ¼ số sinh viên lấy mẫu quên hơn 14 hạng mục trong số 20 hạng mục nhưng nhớ lại chúng khi họ được cung cấp tín hiệu.

Giải thích thay thế đối với những chứng cứ này là **động cơ thúc đẩy.** Wagstaff (1981) cho rằng những gì thực sự diễn ra trong chứng quên sau khi thôi miên là người tham gia nghiên cứu cố không nhớ lại. điều này bao gồm nhiều chiến lược, như nghĩ về vấn đề khác, nắm giữ thông tin có cân nhắc sao cho "không làm hỏng thí nghiệm hay không cố gắng nghĩ lại những việc xảy ra. Wagstaff cũng nhận thấy vẫn còn **sự giao thoa** giữa hai danh sách cho dù khi người tham gia nghiên cứu quả quyết rằng "đã quên" một trong hai. Từ ngữ từ danh sách đã quên này giao thoa với trí nhớ từ ngữ ở danh sách kia. Nếu danh sách bị quên thực sự thì điều đó không xảy ra.

Có dạo, thôi miên được sử dụng ở Mỹ để hỗ trợ các cuộc điều tra của cảnh sát. Một số người, nhất là những người sử dụng thôi miên nghĩ rằng thôi miên cung cấp chi tiết vốn không thể tiếp cận bình thường bằng trí nhớ hàng ngày. Điều này dựa vào lý thuyết trí nhớ cho rằng trí nhớ hoạt động giống như một máy ghi lại thực tế, và tất cả chúng ta cần làm là phải tìm ra đoạn băng thích hợp. Như chúng ta đã biết trong Chương 3, trí nhớ không hoạt động như thế: đó là một quá trình chủ động, mang tính xây dựng chứ không phải là cuộn băng ghi lại thực tế. Gibson (1982) cho rằng sử dụng thôi miên trong điều tra của cảnh sát được xem là tương đương với việc làm xáo trộn chứng cứ, vì người trong trạng thái thôi miên rất dễ bị ảnh hưởng và thường tạo ra trí nhớ để kết hợp với những mong đợi về sự liên quan của cảnh sát.

Cũng có vẻ những người tham gia nghiên cứu khi bị thôi miên kể lại trí nhớ xây dựng thực sự làm quan tòa tin hơn những người đã chứng kiến thực tế. Khi đã bị thuyết phục, họ sẽ rất tin vào phát biểu họ đưa ra. Nghiên cứu tái tạo theo chuỗi của Bartlett (xem Chương 3) các nhà tâm lý học chứng minh con người tạo ra những câu chuyện hợp lý hơn là những giải thích không hoàn chỉnh. Câu chuyện có ý nghĩa dưới dạng hiểu biết tình huống của họ nhưng không hẳn phù hợp với thực tế.

Khung 11.1 Thuyết thôi miên

Có hai trường phái tư tưởng hiện đại về thôi miên. Một bên là những nhà tâm lý học cho rằng hiện tượng thôi miên miêu tả một trạng thái ý thức thay đổi. **Giới lý thuyết gia trạng thái** xem thôi miên là một trạng thái đặc biệt, tạo tiếp cận đến các bộ phận ẩn trong suy nghĩ. Quan điểm thay thế cho rằng thôi miên bản thân không phải là một trạng thái nhận thức đặc biệt, nhưng có thể được giải thích bằng hiện tượng tâm lý xã hội. Thành viên của trường phái tư tưởng này – **giới lý thuyết gia không trạng thái** – lập luận rằng mọi hiện tượng thôi miên quan sát được có thể hiểu được bằng cách khảo sát con người vận dụng tâm lý trong các tình huống xã hội.

Lý thuyết thôi miên trạng thái

Một trong những người ủng hộ chính cho lý thuyết thôi miên trạng thái là Hilgard (1977), người đưa ra mô hình thôi miên trong đó ông mô tả suy nghĩ hay nhận thức được sắp xếp thành các cột hay phân mảnh theo chiều dọc. Hilgard lập luận rằng những phân chia theo chiều dọc này trong suy nghĩ định hướng nhận thức và trí nhớ của chúng ta. Chúng ta thường không thể vượt qua những cột này theo ý thức vì rào cản chứng hay quên – nếu đang ở một cột này thì chúng ta phải quên các cột khác. Nhưng theo Hilgard, khi một người rơi vào trạng thái thôi miên thì họ có khả năng quan hệ với nhiều cột nhận thức này hơn.

Phần lớn lập luận của Hilgard dựa trên khái niệm **người quan sát ẩn.** Đây là hiện tượng thôi miên dễ phân biệt, là cách mà một bộ phận nhận thức của chúng ta vẫn giữ tính độc lập, ngay cả khi bị thôi miên sâu. Bộ phận nhận thức này – người quan sát ẩn – có ý thức, duy lý và ở mức độ nào đó phê phán hành động của cá nhân. Cũng có thể tiếp xúc thông qua, chẳng hạn, yêu cầu cá nhân viết trong khi chú ý của họ đang tập trung vào việc khác.

Nghiên cứu người quan sát ẩn trong thôi miên là tâm điểm mô hình thôi miên của Hilgard – thực ra, chính Hilgard (1977) mới là người đưa ra thuật ngữ. Ông cho rằng người quan sát ẩn tượng trưng cho một cột ý thức đang quan sát và phê bình kinh nghiệm của một bộ phận suy nghĩ khác – đang trong trạng thái thôi miên. Theo Hilgard, thôi miên giúp cá nhân di chuyển giữa các cột hay phần suy nghĩ khác nhau khi được nhà thôi miên hướng dẫn làm như thế.

Chẳng hạn: trong một nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu nhúng hai tay vào trong nước đá (một cảm giác rất đau nhức). Sau đó họ bị thôi miên, được bảo rằng họ không có cảm giác đau, rồi được yêu cầu lặp lại hành động. Khi họ được yêu cầu nói lớn lên nếu cảm thấy đau thì họ báo cáo rằng mình không đau. Nhưng tài liệu viết về những gì đang diễn ra của người quan sát ẩn cho biết rằng cảm giác thực sự rất đau. Hilgard giải thích điều này theo nghĩa người quan sát ẩn tiếp cận đến một cột ý thức khác từ bộ phận bị thôi miên trong suy nghĩ của người tham gia nghiên cứu. Tuy nhiên có những cách khác giải thích những hiện tượng này.

Tiếp cận thôi miên không trạng thái

Lý thuyết thôi miên không trạng thái nêu rõ một dải rộng hiện tượng thôi miên có thể giải thích được không hề tham khảo trạng thái ý thức thay đổi đặc biệt. Họ không bác bỏ chứng cứ rằng con người "bị thôi miên" hay sự thôi miên ấy làm giảm đau. Nhưng họ cho rằng hiện tượng liên quan có thể giải thích đơn giản và chi tiết hơn khi sử dụng các yếu tố tâm lý xã hội như vai trò, tuân thủ, mong đợi, thái độ, trí tưởng tượng và sự thư giãn.

Tất cả những điều này đều có chỗ đứng trong giải thích thôi miên. Khái niệm về **vai trò** và mong đợi vai trò hình thành loại tình huống thôi miên nơi con người đảm nhận nhiệm vụ mà họ nghĩ rằng trước đây mình không thể làm được. **Tuân thủ** mô tả đặc điểm trong lĩnh vực phục hồi trí nhớ ảnh, nơi cá nhân cố gắng tuân theo yêu cầu nhận thức về tình huống. **Mong đợi** và thư giãn là những yếu tố chính trong việc giải thích thôi miên có vẻ khống chế đau nhức đến mức nào và **trí tưởng tượng,** thái độ là yếu tố chính giải thích "sự hiện thân" thông qua thôi miên. Giới lý thuyết gia không trạng thái lập luận rằng hiện tượng người quan sát ẩn cũng có thể giải thích qua những xây dựng tâm lý xã hội về tuân thủ, mong đợi và tự quy kết.

Một số nhà nghiên cứu vẫn cho rằng thôi miên thực sự là một trạng thái ý thức đặc biệt. Các lý thuyết gia khác tỏ ra lưỡng lự nhiều hơn, tất cả những gì chúng ta có thể nói vào lúc này là chứng cứ không chắc chắn. Thật thú vị, câu hỏi liệu thôi miên thực sự có tồn tại như một trạng thái đặc biệt hay không vẫn chưa được nghiên cứu trực tiếp. Nghiên cứu thôi miên đưa ra kết quả bỏ ngõ cho cả hai loại giải thích. Có thể đây là trạng thái thôi miên đặc biệt: không ai chắc chắn. Nhưng lập luận của giới lý thuyết gia không trạng thái thực sự không phải là điều đó. Đúng ra, họ cho rằng chúng ta có thể giải thích mọi hiện tượng thôi miên quan sát hoàn toàn thích hợp, sử dụng kiến thức hiện có về cơ chế tâm lý xã hội. Chúng ta không cần suy luận trạng thái đặc biệt để giải thích.

Mặc dù chúng ta biết rằng có nhiều trắc nghiệm sinh lý chuyên sâu nhưng không có chứng cứ về một trạng thái sinh lý đặc biệt bất kỳ đi kèm với thôi miên (Sarbin và Slagle, 1972). Chứng cứ hiện tượng xã hội về thôi miên dù sao cũng rõ hơn nhiều. chắc chắn con người tin rằng mình đã bị thôi miên và chắc chắn khi con người rơi vào tình trạng thôi miên thì họ sẽ hành động như thể mình bị thôi miên.

Dĩ nhiên, nếu chúng ta chỉ chọn quan điểm hành vi thì kết quả cũng tương tự. Nhiều bệnh nhân đau nhức mãn tính và cấp tính không thể chữa trị cho dù thôi miên có phải là một trạng thái đặc biệt hay không – thực tế minh chứng rằng đau nhức của họ có thể thuyên giảm khi áp dụng kỹ thuật thôi miên và điều này thực sự quan trọng! Chắc chắn việc áp dụng những kỹ thuật này giúp chúng ta tiếp cận cơ chế tâm lý rất đáng giá về mặt liệu pháp lẫn xã hội.

Lúc ấy dường như có thể giải thích hiện tượng trí nhớ thôi miên sử dụng hai cách xây dựng tâm lý: sẵn sàng phù hợp với mong đợi của nhà thôi miên và dùng trí tưởng tượng để hình thành một giải thích hợp lý những gì đang diễn ra. Cả hai đều là những sự kiện tâm lý phổ biến. Vì thế giới lý thuyết gia không trạng thái (các nhà tâm lý học không tin rằng thôi miên là một trạng thái ý thức đặc biệt) cho rằng đây là giải thích hoàn toàn thích hợp đối với những gì đang diễn ra.

Khống chế đau nhức

Có nhiều chứng cứ rõ ràng, trên diện rộng cho rằng thôi miên rất hữu ích trong việc khống chế đau nhức (Wadden và Anderton, 1982). Một vài nhà tâm lý học bác bỏ điều này. Điều họ bác bỏ là cơ chế tác động đạt được những kết quả này của thôi miên. Giới lý thuyết gia trạng thái lập luận rằng người tham gia nghiên cứu bị thôi miên cảm thấy ít đau hơn vì họ ở trong một trạng thái ý thức đặc biệt. Nhưng giới lý thuyết gia không trạng thái lập luận rằng người tham gia nghiên cứu bị thôi miên đang bước vào cơ chế kiểm soát đau nhức, mà bằng những cách khác cũng tiếp cận được. Dĩ nhiên, đối với một bác sĩ lâm sàng áp dụng những kỹ thuật này hay một bệnh nhân mà cơn đau của họ được thuyên giảm thì những tranh luận này không phù hợp – nếu đau nhức vẫn còn – cứ để cho đau nhức, và đó là điều quan trọng nhất.

Đau nhức chủ quan rất nhạy cảm với mong đợi và suy nghĩ ở con người. Hầu như lúc nào cũng bị lo âu làm trầm trọng thêm, nhưng sự thư giãn và giảm lo âu là một đặc điểm chính trong điều trị bằng liệu pháp thôi miên. Thực ra, liệu pháp thôi miên mục đích làm giảm đau nhức mãn tính trực tiếp nhắm đến việc cải thiện sự thư giãn và giảm lo âu. Giới lý thuyết gia không trạng thái cho rằng đây là lý do tại sao chúng công hiệu.

Wagstaff (1987) chỉ rõ bệnh nhân được thôi miên để phẫu thuật phải chọn lựa rất cẩn thận. Chứng cứ y học cho thấy gây mê cục bộ có thể sử dụng trong nhiều phẫu thuật. Điều này không xảy ra vì bệnh nhân rất lo âu khi đại phẫu và không muốn biết gì trong khi phẫu thuật. Nhưng cơ quan bên trong không có cảm giác đau đớn từ đường rạch (mặc dù rất nhạy cảm khi bị lôi kéo giằng co). Hầu hết đau đớn đi kèm với phẫu thuật là do việc rạch đường trên da và điều này có thể khống chế bằng gây mê cục bộ. Có một vài trường hợp đại phẫu tiến hành bằng thôi miên, nhưng một vài phẫu thuật sử dụng thôi miên cũng phải gây mê cục bộ.

Vì thế theo Wagstaff, có hai lý do giải thích tại sao thôi miên tạo ra cảm giác không đau ở bệnh nhân phải phẫu thuật: thứ nhất, gây mê cục bộ, làm giảm đau, và thứ hai suy nghĩ của bệnh nhân cho rằng mình bị thôi miên. Điều này tạo ra sự mong đợi rằng họ sẽ không có cảm giác đau, làm giảm trạng thái lo âu. Vì sự lo âu đã giảm nên đau nhứt cũng bớt và bệnh nhân hoàn toàn dễ chịu khi được điều trị.

Hầu hết các nhà trị liệu thôi miên hiện đại dạy cho khách hàng cách tự mình đi vào trạng thái thôi miên. **Tự thôi miên** có thể là một công cụ liệu pháp đáng giá, nhiều nhà tâm lý học xem đó là cách tốt nhất để sử dụng thôi miên làm liệu pháp. Nó chứng tỏ hữu ích trong mọi loại tình huống từ việc cai thuốc hút cho đến giải quyết các sự kiện đau buồn trong cuộc sống.

Bliss (1980) chứng minh rằng khả năng dễ bị thôi miên tác động là đặc điểm ở bệnh nhân bị **rối loạn đa nhân cách.** Những người này thường trải qua những sự kiện chấn thương cực kỳ vào đầu thời thơ ấu, từ mưu sát tính toán cho đến sự làm què hay những hình thức lạm dụng nghiêm trọng khác. Các nhân cách "khác" của họ phát triển để giúp họ đối phó với tình huống này. nhiều bệnh nhân được Bliss điều trị mô tả cách họ tự thôi miên – hay kỹ thuật tương tự – như trẻ em. Rosenhan và Seligman (1984) cho rằng đa nhân cách thực ra được hình thành do thôi miên chính mình như cố gắng của trẻ em đối phó với chấn thương nghiêm trọng. Nhân cách mới làm giảm căng thẳng cảm xúc, vì thế trẻ tạo ra nhân cách khác để đối phó với các sự kiện căng thẳng khác.

Hiện thân thôi miên

Thật đáng buồn, giải thích **hiện thân** thôi miên đều được xử lý mang tính kích động cao, các chi tiết quan trọng thường bỏ đi hay thay đổi khi được báo cáo trên báo chí. Khi nghiên cứu những trường hợp này chi tiết hơn, hóa ra chúng không thuyết phục như người ta tưởng. Vì một lẽ hầu như những người liên quan đều được báo cáo sai cũng như tiếp cận với thông tin trước đó họ thực sự có kém hơn.

Một trường hợp rất nổi tiếng về một phụ nữ nhớ lại đời sống trước đây ở York, mặc dù trong đời bà chưa hề đến York lần nào. Thực ra trước đây bà đã làm việc trong thư viện ở York. Ví dụ khác là một người đàn ông cho rằng mình đi lính hải quân của Nelson. Giải thích được báo cáo rải rác với những thuật ngữ hàng hải mà người đàn ông này thông thường không thể tiếp cận. Tuy nhiên, khi người ta khảo sát chi tiết, hóa ra từng thuật ngữ này đều có sẵn trong các câu chuyện nổi tiếng của thuyền trưởng Hornblower mà anh ta đọc hồi nhỏ (Wagstaff, 1981).

Tương tự, nhiều giải thích tái tạo có vẻ hợp lý từ thành phố York thời Trung cổ hay nước Anh dưới thời La Mã chiếm đóng thường cho thấy những bất thường nghiêm trọng, hiếm khi được đề cập trong các báo cáo về hiện tượng. Một phụ nữ nghĩ rằng mình đã sống ở nước Anh thời La Mã chiếm đóng đã tái tạo sơ đồ một biệt thự trong đó mình đã "sống". Tuy nhiên, loại biệt thự mà bà vẽ, mặc dù không phổ biến ở Rome, cũng như không có ở Anh, nơi các biệt thự La Mã được xây dựng theo một thiết kế khác. Chi tiết này khiến cho người ta hoài nghi về tính hợp lý trong giải thích của bà. Những giải thích như thế cũng chứng tỏ tính bất thường tương tự.

Wilson và Barber (1983) nghiên cứu khả năng của con người đưa ra lời giải thích lý thú, hợp lý từ **sự tăng tiến độ tuổi** hơn là hồi quy độ tuổi. Trong những nghiên cứu này, những người tham gia nghiên cứu được mời tự mình nghĩ về tương lai và hình dung điều gì cấu thành đời sống bình thường. Họ nhận thấy có sự tương quan mật thiết giữa những người tham gia nghiên cứu có khả năng tạo ra những giải thích "tương lai" hợp lý, và những người tham gia nghiên cứu có khả năng đưa ra giải thích từ "sự hồi quy" về quá khứ. Họ cho rằng những người này có thể là minh họa cho nhân cách dễ tưởng tượng kỳ quặc. Họ rất giỏi trong việc nghĩ ra chi tiết, và nhất là dễ chấp nhận đề nghị cho dù có bị thôi miên hay không.

Người quan sát ẩn

Spanos và Hewitt (1980) cho rằng hiện tượng người quan sát ẩn có thể giải thích áp dụng hiểu biết của chúng ta về cơ chế xã hội liên quan đến tuân thủ, phục tùng và tự quy kết. Chẳng hạn: khi một người đồng ý tham gia cộng tác với một nhà thôi miên. họ xem đó là một loại **hợp đồng xã hội** nên họ phải hợp tác và tuân thủ. Trong cuộc trình diễn trước công chúng, trên sân khấu, họ cảm thấy rằng việc không tuân thủ sẽ làm nhà thôi miên mất mặt hay tự làm cho mình có vẻ ngớ ngẩn. Vì thế áp lực xã hội buộc phải tuân thủ rất mạnh.

Năm 1962, Orne tiến hành một loạt công trình nghiên cứu lúc đầu nhằm mục đích xem liệu có thể phân biệt giữa những người bị thôi miên thật sự và những người chỉ giả vờ hay không. Orne cố gắng nghĩ ra một nhiệm vụ mà người thường không thể làm được nhưng người bị thôi miên có khả năng làm. Ông nghĩ ra cách yêu cầu người tham gia bổ sung những chuỗi số dài, sau đó xé giấy và vứt vào sọt rác. Ông nghĩ điều này là một nhiệm vụ không ai muốn tự nguyện làm theo. Nếu yêu cầu người tham gia thực hiện thì họ sẽ làm một hay hai lần rồi sau đó không chịu làm tiếp.

Tuy nhiên khi Orne bảo với họ rằng họ đang tham gia vào nghiên cứu tâm lý học ông nhận thấy người tham gia thực hiện nhiệm vụ trong nhiều giờ liền. Một người tham gia nghiên cứu thực hiện liên tục không nghỉ trong 6 giờ liền, sau cùng người thí nghiệm phải yêu cầu họ ngừng vì anh ta muốn về nhà! Nghiên cứu cho thấy sức mạnh của mong đợi xã hội trong việc xác định hành vi con người. **Đặc điểm yêu cầu** của tình huống là người tham gia nghiên cứu tạo ra một hành vi không ngờ đến mức như thế, nói chung không phải là thông thường đối với những gì họ thường làm. Họ muốn hợp tác với người thí nghiệm và để cung cấp câu trả lời "đúng". Đồng ý trình diễn trên sân khấu với một nhà thôi miên theo Orne cũng có nhiều đặc điểm yêu cầu tương tự.

Nhiều người sau khi được phỏng vấn khi bị thôi miên báo cáo rằng họ tuân thủ có cân nhắc đối với người thí nghiệm sao cho không "làm hỏng việc". Trong thí nghiệm, họ có cảm giác hoàn toàn bình thường, nhận biết rõ mình đang làm gì. Hilgard cho rằng đây là một "người quan sát ẩn" riêng biệt hay một "cột" ý thức khác nhưng Spanos (1982) lập luận rằng con người có cảm giác như thế này vì thực ra họ hoàn toàn bình thường. Đối với con người muốn tránh những đối đầu khó chịu là chuyện thông thường, giải thích tại sao người ta thường có khuynh hướng tuân thủ trong một tình huống xã hội thuộc loại này. Spanos cho rằng chúng ta thường xuyên đánh giá quá thấp sức mạnh của tuân thủ xã hội, mong đợi xã hội và đặc điểm yêu cầu khi chúng ta đánh giá sự kiện thuộc loại này.

Biến số thứ hai cần kể đến trong giải thích hiện tượng người quan sát ẩn là suy nghĩ của con người về chính mình. Một số người như chúng ta đã biết, không nghĩ rằng mình bị thôi miên nhưng tuân thủ vì họ không muốn làm "hỏng việc" của nhà thôi miên. Tuy nhiên, những người khác quả quyết mình đã bị thôi miên. Cứ nghĩ trong tình trạng thôi miên là chuyện rất thông thường cả trong giới chuyên môn lẫn quần chúng. Căn cứ vào điều này và tương đối không có hiểu biết về sức mạnh của mong đợi xã hội, không có gì phải ngạc nhiên khi người ta tìm kiếm lời giải thích bên ngoài đối với hành vi của mình nhất là khi họ nhận thấy bản thân thực hiện những nhiệm vụ mà họ không nghĩ mình sẽ làm được hay tự đặt mình vào các tình huống không ngờ.

Tìm lời giải thích có nghĩa là người ta sẽ tạo ra một sự **tự quy kết** giải thích hành vi kỳ quặc của mình cho chính mình, cho rằng "mình đang bị thôi miên". Sự tự quy kết này củng cố suy nghĩ của họ về thôi miên sao cho họ cố gắng thuyết phục người khác thích hợp. Nhưng nghĩ rằng bạn đã bị thôi miên thực ra không phải là chứng cứ rất hợp lý cho rằng bạn thực sự như thế. Tự quy kết có thể là yếu tố chính trong việc giải thích cả sự thịnh hành của niềm tin tuyệt đối vào thôi miên lẫn cách con người phóng đại sự tuân thủ các yêu cầu xã hội của tình huống thôi miên.

Như chúng ta nhận thấy, chứng cứ được hiểu theo hai cách nhưng nhiều nhà tâm lý học thường nghĩ rằng thôi miên thực ra không phải là trạng thái đặc biệt. Ornstein (1986) cho rằng những gì mà hiện tượng đồng nhất với thôi miên thực ra cho chúng ta biết rằng mình có nhiều khả năng trong việc kiểm soát kinh nghiệm và sinh lý nhiều hơn thường nghĩ. Và trong khía cạnh này điều chúng ta gọi là thôi miên có lẽ liên quan mật thiết với yoga và thiền định và những kỹ thuật khác tương tự.

Trong chương sau, chúng ta sẽ khảo sát cảm giác – cách tiếp nhận thông tin từ thế giới bên ngoài qua các giác quan, cũng như nghiên cứu liệu chúng ta có khả năng tiếp nhận thông tin theo cách khác hay không ngoài các kênh nhận cảm thông thường. Nghiên cứu cận tâm lý học đưa ra nhiều thử thách đối với các nhà tâm lý học, vì thế trong Chương 12 chúng ta nghiên cứu một số chứng cứ cũng như tranh luận về cận tâm lý học.

Từ khóa

Điện thế tác động. Xung điện do nơron tạo khi kích thích vượt ngưỡng và làm cho nó phóng điện.

Nhịp alpha. Các mẫu hoạt động điện của não xuất hiện trong điện não đồ (EEG) khi đối tượng trong trạng thái thư giãn, và/ hoặc mơ tưởng.

Amphetamine. Thuốc thường dùng để làm giảm cân hay tạo ra sinh lực bổ sung ngắn hạn trong những tình huống đòi hỏi khắt khe.

Tự thôi miên. Tự thôi miên.

Catecholinergic. Thuật ngữ dùng để mô tả sợi thần kinh sử dụng chất truyền thần kinh dopamine, noradrenaline hoặc adrenaline.

Nhịp ngày đêm. Nhịp sinh học trên cơ sở chu kỳ 24 giờ hay gần tương tự.

Tuân thủ. Quá trình hòa hợp với người khác – chẳng hạn như tán thành – nhưng không chấp nhận quan điểm của họ ở mức độ cá nhân.

Nhựa độc curare. Một chất độc thần kinh hoạt động bằng cách ngăn cản việc tiếp nhận acetylcholine ở lá cuối thần kinh vận động vì thế làm tê liệt.

Đặc điểm yêu cầu. Những khía cạnh trong nghiên cứu tâm lý (hay tình huống nhân tạo khác) sử dụng áp lực ẩn buộc người khác hành động theo cách mong đợi.

Nhịp hoạt động ban ngày. Nhịp sinh học trên cơ sở chu kỳ ngày/ đêm, thường thấy ở động vật thức vào ban ngày.

Nghiên cứu giấc mơ. Quá trình sử dụng biểu tượng ẩn trong giấc mơ để diễn đạt xung đột nội tâm và mong muốn tiềm thức.

Sự tiến hóa. Quá trình phát triển của chủng loài thông qua những thay đổi nhỏ về gien dẫn đến sự thích nghi đối với cá thể.

Liên khớp thần kinh kích thích. Liên khớp thần kinh khi bị kích hoạt làm cho nơron thụ quan có khả năng phóng điện nhiều hơn.

Ganzfeld. Lĩnh vực nhận thức hoàn toàn không có đặc điểm. Ganzfelds được các nhà tâm lý học Cấu trúc sử dụng trong nghiên cứu ban đầu về tính chất nhận thức, hiện nay được các nhà nghiên cứu cận tâm lý học sử dụng như kỹ thuật được cho là tạo điều kiện thuận lợi cho ESP.

Người quan sát ẩn. Hiện tượng được quan sát trong thôi miên, trong đó một phần suy nghĩ vẫn còn tách rời và quan sát bình thản.

Thôi miên. Tình trạng cực kỳ dễ bị ảnh hưởng trong đó cá nhân tự nguyện hợp tác với những đề nghị của nhà thôi miên. Vấn đề là liệu thôi miên có phải là "trạng thái đặc biệt" hay đơn thuần chỉ là sự mở rộng khả năng hòa đồng xã hội thông thường ở con người hay không.

Liên khớp thần kinh ức chế. Liên khớp thần kinh khi bị kích hoạt làm cho nơron thụ quan có khả năng phóng điện ít hơn

Sự mệt mỏi khi qua các múi giờ. Phá vỡ nhịp ngày đêm của cơ thể do nhu cầu phải nhanh chóng điều chỉnh để thích-nghi với các múi giờ khác nhau.

Nội dung ẩn. Thuật ngữ của Freud để gọi nội dung ẩn của giấc mơ – ý nghĩa bị biểu tượng che đậy.

Giấc mơ tỉnh táo. Giấc mơ trong đó cá nhân nhận thức rằng mình đang ngủ và đang mơ.

Nội dung hiện. Thuật ngữ của Freud để gọi những gì thực sự diễn ra trong giấc mơ trái với nội dung ẩn.

Thuật thôi miên. Thuật ngữ gọi sự thôi miên trước đây.

Lá cuối thần kinh vận động. Bộ phận của sợi cơ tiếp nhận thông tin từ các nơron vận động báo cho cơ biết khi nào cần co thắt.

Chất truyền thần kinh. Hóa chất được một tế bào thần kinh phóng thích và được tế bào thần kinh lân cận tiếp nhận làm cho tế bào thần kinh lân cận có khả năng phóng điện nhiều hay ít hơn.

Hoạt động ban đêm. Hoạt động và tỉnh táo ban đêm, ngủ hay nghỉ ngơi ban ngày.

Giấc ngủ nghịch lý. Giấc ngủ trong đó điện não đồ biểu thị giấc ngủ nông nhưng cá nhân khó đánh thức và thường đang mơ, còn gọi là giấc ngủ REM.

Tuyến yên. Tuyến nội tiết tố trong não, được cho là đặc biệt liên quan đến các nhịp sinh học.

Cầu não. Bộ phận của não nằm phía trên tủy được xem là liên quan đến giấc ngủ và giấc mơ.

Chứng quên sau khi thôi miên. Khi một cá nhân ra khỏi trạng thái bị thôi miên nhưng vẫn quên thông tin vì họ được lệnh làm thế trong khi bị thôi miên.

Hòa đồng xã hội. Vị tha, hay giúp người, thân mật hay hành động theo cách có lợi cho người khác.

Vị trí thụ quan. Vị trí nằm trên đọt nhánh của nơron hay sợi cơ đặc biệt nhạy cảm với các chất truyền thần kinh cụ thể, vì thế tiếp nhận tín hiệu từ các nơron khác.

Giấc ngủ REM. Giấc ngủ bao gồm cử động nhanh của mắt và thường mơ.

Vai trò. Một bộ phận xã hội cá nhân đảm nhận trong xã hội.

Dự đoán tự thực hiện. Ý kiến cho rằng mong đợi về một người hay nhóm hoàn toàn là đúng vì chúng đã được phát biểu.

Sự tước đoạt cảm giác. Việc loại bỏ mọi thông tin nhận cảm đến hay ít nhất ở mức càng nhiều càng tốt.

Nút khớp. Xem synaptic knob.

U khớp. Cấu trúc ở đầu mỗi đọt nhánh nơron có các thất phóng thích chất truyền thần kinh vào khe liên khớp.

Thất liên khớp. Các túi hay bể chứa nhỏ tìm thấy trên u khớp chứa hóa chất chất truyền thần kinh trước khi chúng được phóng thích.

Zeitgebers. Dấu hiệu bên ngoài của sự thay đổi thời gian hàng ngày chẳng hạn như bình minh và hoàng hôn ảnh hưởng đến nhịp hoạt động ban ngày ở con người.

Tóm tắt

1. Phương pháp nghiên cứu ý thức bao gồm nghiên cứu hoạt động thần kinh, sự tước đoạt nhận cảm, chứng mù và chứng quên, phẫu thuật não và thuốc tác động đến trí tuệ. Lý thuyết ý thức bao gồm mô tả thành phần ý thức của Wundt, quan điểm tiến hóa và mô hình miêu tả chung kết hợp theo lớp của Sommerhoff.
2. Thuốc tác động đến trí tuệ trực tiếp ảnh hưởng đến tâm thần bằng cách tác động đến hoạt động của chất truyền thần kinh ở liên khớp thần kinh, gồm thuốc an thần và giảm đau, chất kích thích, thuốc phiện và chất gây nghiện, và thuốc tạo ảo giác. Ma túy tiêu khiển dù hợp pháp hay phi pháp cũng đều tác động đến trí tuệ.
3. Cơ thể có nhiều nhịp tự nhiên kể cả nhịp ngày đêm kết hợp những thời kỳ ngủ thức xen kẽ. Những nhịp này chịu nhiều ảnh hưởng của zeitgebers bên ngoài.
4. Khi ngủ chúng ta xen kẽ giữa những thời kỳ giấc ngủ êm, có vẻ liên quan đến việc phục hồi mô, và giấc ngủ hoạt động, trong đó rất có khả năng chúng ta mơ nhiều hơn.
5. Cấu trúc sinh lý liên quan đến giấc ngủ bao gồm locus coeruleus và raphé nuclei của hệ thống kích hoạt hình lưới. Rối loạn giấc ngủ bao gồm chứng mất ngủ, ngạt ngủ và ngủ rũ, nhưng những liên kết sinh lý với những rối loạn này vẫn chưa được hiểu rõ.
6. Lý thuyết giấc mơ bao gồm quan niệm cho rằng giấc mơ là sự thực hiện mong muốn tiềm thức ngụy trang, hệ thống là sản phẩm phụ của hoạt động thần kinh, và giấc mơ giúp não phân loại thông tin mới liên kết thông tin với hiểu biết trước đây.
7. Giới lý thuyết gia thôi miên trạng thái xem thôi miên là một trạng thái ý thức đặc biệt, giúp tiếp cận đến các bộ phận

suy nghĩ thông thường không thể tiếp cận được. Giới lý thuyết gia thôi miên không trạng thái xem thôi miên là hiện tượng xã hội, có thể giải thích theo nghĩa cơ chế tâm lý xã hội nổi tiếng.

8. Các loại hiện tượng thôi miên chính là khả năng không ngờ, trí nhớ thôi miên, khống chế đau nhức, hiện thân hiển nhiên và người quan sát ẩn. Không có loại này trong số này cung cấp chứng cứ đáng tin về thuyết này vượt trội hơn thuyết khác.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Mô tả quá trình sinh lý liên quan đến cảm giác mệt mỏi khi qua các múi giờ.
2. Phác họa những loại giấc ngủ khác nhau và đặc điểm sinh lý của chúng.
3. Phương pháp chính dùng để nghiên cứu ý thức là phương pháp gì?

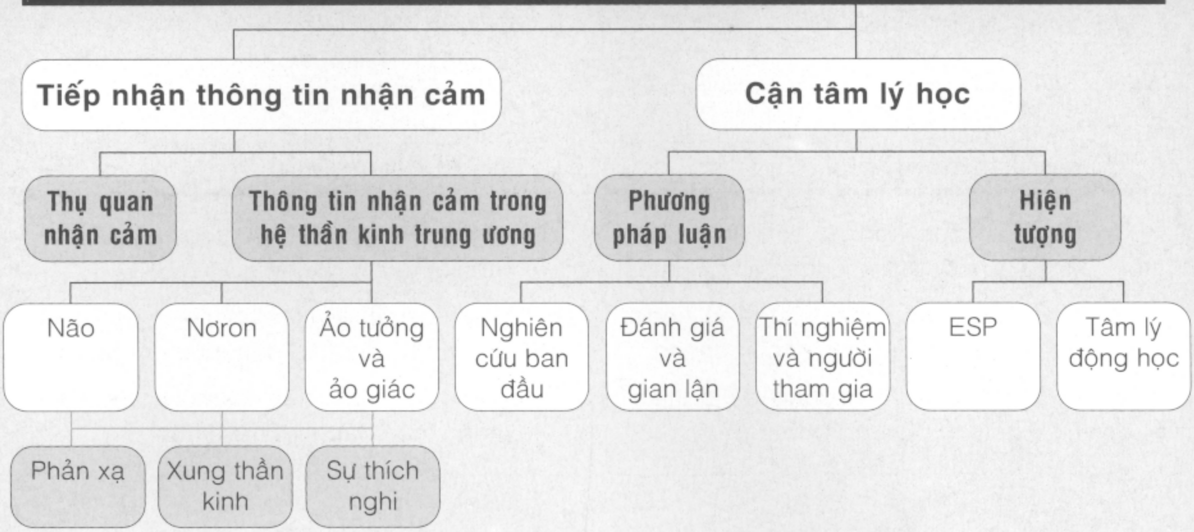
Câu hỏi thảo luận

1. Đánh giá có phê phán chứng cứ thực nghiệm và lý thuyết giấc mơ
2. Tác động của thuốc hiểu theo nghĩa xử lý sinh lý của não đến mức độ nào?
3. Có phải thôi miên là một trạng thái nhận thức đặc biệt hay không?

chương

12

Cảm giác và cận tâm lý học


Tiếp nhận thông tin nhận cảm
Cận tâm lý học
Thụ quan nhận cảm
Thông tin nhận cảm trong hệ thần kinh trung ương
Phương pháp luận
Hiện tượng
Não
Nơron
Ảo tưởng và ảo giác
Nghiên cứu ban đầu
Đánh giá và gian lận
Thí nghiệm và người tham gia
ESP
Tâm lý động học
Phản xạ
Xung thần kinh
Sự thích nghi

Đối tượng nghiên cứu

12.1. Hệ thần kinh

a. Định nghĩa thuật ngữ về hệ thần kinh

b. Phân biệt giữa hệ thần kinh ngoại vi và hệ thần kinh trung ương

c. Nhận dạng những thụ quan chính trong những giác quan khác nhau

12.2. Tiếp nhận thông tin nhận cảm

a. Liên kết yếu tố sinh lý trong cảm giác với kinh nghiệm

b. Mô tả thụ quan chính trong hệ thị giác

c. Nhận dạng đặc điểm thích nghi trong xử lý thông tin nhận cảm

12.3. Xử lý thông tin nhận cảm

a. Nhận dạng các vùng trên não liên quan đến xử lý thông tin nhận cảm

b. Phân biệt giữa xử lý thông tin vỏ não và lớp dưới vỏ não

c. Mô tả xử lý thông tin thị giác ở vỏ não

12.4. Cung phản xạ

a. Mô tả cấu trúc nơron bao gồm cung phản xạ

b. Phác họa đường truyền thông tin thần kinh trong cung phản xạ

c. Giải thích khái niệm tổng hợp và biến đổi

12.5. Hoạt động nơron và cảm giác

a. Phác họa quá trình biến đổi tập tính và sự thích nghi

b. Giải thích khái niệm ngưỡng cảm giác

c. Nhận dạng nguồn ảo tưởng và ảo giác

12.6. Cận tâm lý học

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan nghiên cứu cận tâm lý học

b. Phác họa phương pháp gian lận cận tâm lý học

c. Đánh giá nghiên cứu ESP của Rhine

12.7. Nghiên cứu cận tâm lý học

a. Liệt kê các lĩnh vực chính trong nghiên cứu cận tâm lý học

b. Mô tả cách sử dụng ganzfelds của các nhà cận tâm lý học

c. Đánh giá chứng cứ nhìn xa

12.8. Người thí nghiệm và biến số tham gia

a. Mô tả hiệu ứng cừu – dê

b. Phân biệt giữa người thí nghiệm và tác dụng tham gia trong nghiên cứu cận tâm lý học

c. Đánh giá vấn đề kiểm soát và tái tạo trong nghiên cứu cận tâm lý học

Trong chương này, chúng ta sẽ khảo sát cách thu thập thông tin từ môi trường bên ngoài của hệ thần kinh. Chúng ta có hơn 5 giác quan chuyển tải thông tin đến não: ở mức tối thiểu, chúng ta có thị giác, thính giác, xúc giác, khứu giác, vị giác và sự tự cảm (giác quan cho chúng ta biết tình trạng bên trong của cơ thể chẳng hạn như tình trạng của các cơ khớp) – mặc dù sự tự cảm thật sự bao gồm nhiều giác quan khác chứ không phải một. Chúng ta có một loạt các thụ quan thông báo về sự cân bằng, một loạt thụ quan khác thông báo về cử động, và v.v... Các triết gia theo chủ nghĩa kinh nghiệm nhầm lẫn khi cho rằng con người chỉ có 5 giác quan – nếu họ tính đến các giác quan bên trong cùng lúc thì họ đã phát triển một triết lý hoàn toàn khác hẳn.

Mặc dù đôi lúc có vẻ như con người tiếp nhận thông tin hay phát đi thông tin không hề sử dụng các giác quan bên ngoài. Điều này được đặt nhiều tên khác nhau từ ESP (nhận thức ngoài giác quan) cho đến psi, cận tâm lý học. Trong chương này chúng ta khảo sát cách nghiên cứu ESP của các nhà tâm lý học và ESP cho chúng ta biết điều gì về khả năng con người cũng như khả năng đánh lừa của con người!

TIẾP NHẬN THÔNG TIN NHẬN CẢM

Quá trình qua đó chúng ta tiếp nhận thông tin còn gọi là **cảm giác.** Con người có nhiều hệ thống chuyên biệt giúp tiếp nhận nhiều loại thông tin khác nhau. Hệ thần kinh ngoại vi bao gồm một hệ thống tiếp nhận hình thức bức xạ điện từ mà chúng ta gọi là ánh sáng, hệ thống khác tiếp nhận thay đổi theo nhịp trong áp lực không khí mà chúng ta biết là âm thanh, hệ thống thứ ba tiếp nhận thông tin do tiếp xúc vật lý với da và hệ thống thứ tư tiếp nhận thông tin về sự thay đổi trong cơ thể, cũng như về thành phần hóa học của không khí xung quanh và thức ăn chúng ta đang dùng thông qua các giác quan: khứu giác và vị giác.

THỤ QUAN NHẬN CẢM HOẠT ĐỘNG RA SAO

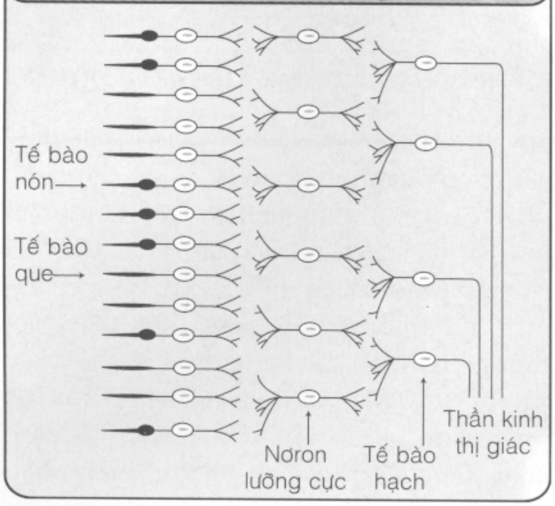
Não tiếp nhận thông tin từ nhiều thụ quan nhận cảm, mỗi thụ quan chuyên tiếp nhận một số loại kích thích nhất định. Cho dù có tiếp nhận kích thích loại nào chăng nữa, thì những thụ quan này thay đổi thông tin thành các xung điện có thể được các nơron nhận cảm chuyển đến các bộ phận khác thuộc hệ thần kinh. Những **xung thần kinh** này đi từ thụ quan nhận cảm đến não, thường đi thẳng đến một bộ phận não gọi là đồi thị, hoạt động như một loại trạm phân loại và chuyển tiếp thông tin đến. Từ đồi thị, thông tin chuyển đến các vùng nhận cảm chuyên biệt ở bộ phận lớn nhất của não, nơi đây thông tin được phân tích và giải thích.

Thông tin thần kinh có dạng xung điện đơn giản. Tế bào thụ quan tạo ra một xung điện khi gặp kích thích. Điều này gọi là **sự truyền tính trạng:** thông tin đến thay đổi hình thức và kết thúc như một xung điện hay như một mẫu gồm nhiều xung. Những xung này đều có cường độ như nhau hình thành một loại hệ thống nhị phân "mở – tắt". Chúng được tạo ra do sự thay đổi **điện thế** trong tế bào, chúng ta xét đến vào cuối chương này.

Thụ quan trong hệ thị giác

Thụ quan trong hệ thị giác là những **tế bào thụ quang** tìm thấy trong võng mạc của mắt. Những tế bào này chứa hóa chất tẩy trắng khi gặp ánh sáng. Khi sự thay đổi hóa học này diễn ra, điện thế của tế bào thay đổi, xung điện chuyển sang các nơron lưỡng cực hình thành lớp võng mạc kế tiếp (Hình 12.1). Từ đó chúng chuyển đến các **tế bào hạch,** những tế bào này có phần thân cực dài, hay sợi trục, tỏa ra từ tròng mắt. Sợi trục tập hợp ở một điểm trên võng mạc gọi là

Hình 12.1 Cấu trúc võng mạc



điểm mù, và hình thành **thần kinh thị giác** chuyển đến não.

Có hai loại thụ quang: tế bào que và tế bào nón. Tế bào que chứa một hóa chất gọi là rhodopsin, cực kỳ nhạy cảm và phản ứng đối với thay đổi ánh sáng trong từng phút. Điều này có nghĩa tế bào que là tế bào chúng ta sử dụng để nhìn ban đêm, vốn ánh sáng rất ít. Tế bào que có thể dò tìm những di chuyển rất nhỏ vì thế chúng ta nhận thấy mép võng mạc, mép ngoài cùng trong thị trường hoàn toàn bao gồm các tế bào que. Điều này giúp chúng ta phản ứng nhanh chóng với mọi thứ diễn ra ở mép thị trường – một cơ chế phát triển cảnh báo cho biết nguồn đe dọa có thể.

Khi hướng về tâm võng mạc, chúng ta nhận thấy số tế bào que ít hơn, trong khi số tế bào nón gia tăng cho đến khi phát hiện hố nhỏ, nằm ở giữa võng mạc, hoàn toàn do tế bào nón cấu thành. **Hố nhỏ** là điểm nơi chúng ta tập trung tầm nhìn. **Tế bào nón** chứa một hóa chất khác gọi là iodopsin, cho phép chúng phát hiện màu, giúp chúng rất hiệu quả trong việc nhận biết đồ vật thật chi tiết. Có nhiều lý thuyết về hoạt động nhìn màu, được đề cập trong Khung 12.1.

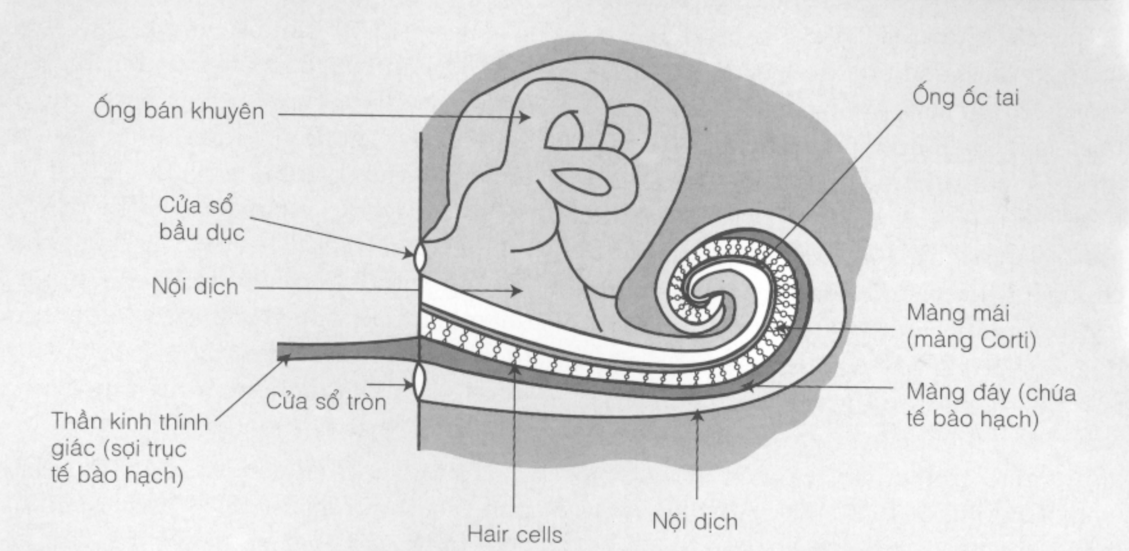
Kết quả của sự sắp xếp tế bào trong võng mạc này đặc biệt đáng lưu ý vào ban đêm hay trong điều kiện chiếu sáng rất kém. Tế bào nón phải có nhiều ánh sáng mới hoạt động được. Vì thế thật kỳ lạ, trong ánh sáng lờ mờ chúng ta vẫn trông thấy mọi vật rõ ràng hơn nếu không nhìn thẳng vào chúng. Khi cố gắng tập trung nhìn đồ vật trong những điều kiện này, có vẻ rất mờ nhạt vì không có đủ ánh sáng cho các tế bào nón trong hố nhỏ. Nhưng ở mép hố nhỏ, có các tế bào que, và những tế bào này tiếp nhận ánh sáng lờ mờ rất chính xác. Chòm sao gọi là Bảy chị em hay Pleiades, ở bắc bán cầu, có một vì sao quá mờ đến mức tế bào nón không thể nhìn thấy được nhưng tế bào que nhìn thấy: nếu bạn nhìn chòm sao này trực tiếp bạn chỉ đếm được 6 vì sao trong khi nếu bạn nhìn hơi chếch sang bên mép chòm sao bạn sẽ đếm được 7.

Thụ quan trong hệ thính giác

Hệ thính giác có những thụ quan chuyên tiếp nhận âm thanh, được tiếp nhận như những thay đổi nhịp trong áp lực không khí, đến bằng dạng sóng mà chúng ta gọi là **sóng âm.** Tai ngoài thu thập tín hiệu, trong khi các phần tai ngoài và tai giữa khuếch đại tín hiệu. Nhưng sự thay đổi áp lực thật ra được các **tế bào lông** cực nhỏ truyền thành các xung điện, số tế bào này nằm giữa hai màng ở tai trong (Hình 12.2). Khi sóng áp lực đi qua nội dịch phía trên và phía dưới, thì màng bị nén chặt, tạo ra sự thay đổi điện thế ở tế bào lông, tế bào lông tạo ra xung điện. Những xung này được các tế bào hạch đặc biệt tiếp nhận trong **màng đáy** (màng thấp hơn), và sợi trục dài của chúng hình thành thần kinh thính giác, chuyển thông tin đến não.

Vì xung thần kinh đang hoạt động hay không và mỗi lần có cùng cường độ như nhau hay không, thông tin về dung lượng và cường độ âm thanh phải được truyền đi như một loại mật mã. Dung lượng được biểu hiện bằng số tế bào lông bị kích thích: âm thanh lớn kích thích nhiều tế bào lông hơn. Tuy nhiên, cường độ

Hình 12.2 Tai trong



được báo hiệu bằng cách phức tạp hơn nhiều. Một phần, cường độ có vẻ như được biểu thị bằng vị trí của tế bào lông bị kích thích. Von Bekesey, năm 1960, cắt bỏ những lỗ cực nhỏ trong màng đáy của loài heo guinea, nhận thấy rằng tế bào lông gần một đầu ốc tai trong tai giữa phản ứng với các tần số cao hơn trong khi tế bào lông ở đầu kia ốc tai phản ứng với các tần số dải trung bình. Nhưng tần số thấp có vẻ cũng được tiếp nhận trong khắp ốc tai, và được biểu thị bằng cách phóng điện của tế bào lông nhanh đến mức nào. Ở tần số thấp, tế bào lông phóng điện ít hơn ở tần số cao.

Nhiều chủng loài động vật có thể dò tìm âm thanh vượt quá tầm nghe của con người. Chẳng hạn, chó, dơi và chuột có thể phát hiện **siêu âm** – âm thanh quá cao đến mức tai người không thể nghe được. Một số người nuôi chó tập cho chó phản ứng với tiếng huýt sáo "thầm" tạo ra tín hiệu siêu âm. Dơi sử dụng hệ thống định vị để dò tìm côn trùng, phát ra sóng siêu âm khi gặp côn trùng sẽ dội ngược trở lại, tạo ra tiếng dội báo cho dơi biết vị trí của con mồi. Chuột đực tạo ra tiếng kêu cao tần, siêu âm sau khi giao hợp xong, cảnh báo các chuột khác nên tránh xa.

Một số chủng loài cũng có khả năng dò tìm âm thanh tần số thật thấp. Âm thanh thấp mang bước sóng rất dài, người ta cho rằng cá voi có khả năng tiếp nhận **tần số siêu thấp** (tai người không nghe được) qua hàng trăm dặm ngoài đại dương. Blakemore (1984) mô tả bồ câu có thể dò tìm âm thanh thấp đến mức thậm chí có thể nghe được tiếng động rất nhỏ cách xa nhiều dãy núi. Có giả thuyết cho rằng bồ câu nuôi nhà biết đường về là do chúng dò tìm được những mẫu tần số siêu thấp, dễ phân biệt này mặc dù bồ câu cũng có những giác quan định hướng khác. Cũng có giả thuyết – mặc dù chứng cứ không nhiều – cho rằng một số địa điểm huyền bí và các vòng tròn đá thời cổ đại được đặt trên các núi đá để tạo ra các mẫu tần số siêu thấp dễ phân biệt.

Thụ quan trong hệ khứu giác

Khứu giác thường được mô tả là một giác quan "nguyên thủy" vì đây là một trong những giác quan phát triển đầu tiên – nhưng không có nghĩa là thông tin chúng ta nhận được từ giác quan này là đơn giản. Trái lại, hệ khứu giác có khả năng phân tích thông tin thật phức tạp. Không giống các thụ quan nhận cảm khác, thụ quan khứu giác tiếp xúc trực tiếp với thế giới bên ngoài – không cần thiết bị thu thập đặc biệt như mắt hay tai. Tế bào lông từ vùng khứu giác đâm thẳng trực tiếp vào mũi – còn gọi là **biểu mô khứu giác** – vào trong dòng khí được tạo ra khi chúng ta thở. Các đầu tế bào lông được bao phủ bằng một chất mỡ. Các phần tử hóa học trong không khí bám vào chất này tạo ra một xung điện trong tế bào. Xung ấy được truyền trực tiếp đến vỏ khứu giác trong não và đến hệ limbic (xem Chương 10). Vì thế não tiếp nhận thông tin khứu giác trực tiếp trong khi hầu hết thông tin nhận cảm khác được chuyển tiếp thông qua đồi thị.

Những liên kết trực tiếp của hệ khứu giác biểu thị rằng theo nghĩa tiến hóa đây là một giác quan rất lâu đời: hệ thống tiến hóa trong thời gian gần đây hơn thường có cấu trúc sinh lý phức tạp hơn. Sự tiếp xúc trực tiếp này và những liên kết của hệ khứu giác với hệ limbic giải thích khứu giác có tác động gợi ra xúc cảm hay trí nhớ từ cách đây rất lâu như thế nào. Nhiều nhà trị liệu bằng dầu thơm cho rằng khứu giác và cảm xúc trực tiếp liên kết với nhau, vì thế họ giúp người bị trầm cảm hay đau khổ bằng cách sử dụng tinh chất dầu để mang lại tâm trạng tích cực hơn.

Có lẽ vì đây là **giác quan cơ bản** đối với nhiều động vật (giác quan mà chúng lệ thuộc vào nhiều nhất trong đời sống hàng ngày), khứu giác hoàn toàn thiết thực. Tế bào thụ quan khứu giác mới liên tục phát triển, một tập hợp toàn bộ có thể tự mình phục hồi hoàn toàn trong thời gian khoảng 6 tuần. Vì thế nếu các thụ quan khứu giác bị thương tổn thì chúng phục hồi rất nhanh.

Mặc dù chúng ta thường nghĩ thị giác và thính giác là những giác quan quan trọng nhất, nhưng con người nhạy cảm với mùi nhiều hơn người ta thường nghĩ. Wallace (1977) chứng minh rằng con người phân biệt đàn ông và đàn bà bằng mùi, những người nếm rượu chuyên nghiệp hay những người được đào tạo nhận biết mùi có những phân biệt rất tinh tế giữa các tác nhân kích thích đối với người khác xem là mùi giống nhau. Những người lớn lên trong xã hội nơi nhận biết mùi được rèn luyện có hệ thống từ nhỏ như trong các xã hội Thổ dân châu Úc, đều có khả năng phát hiện một lượng thông tin khổng lồ bằng cách ngửi.

Người ta có nhiều nỗ lực trong việc phân loại mùi. Năm 1895, Zwaardemaker cho rằng các loại mùi có thể rút gọn thành 9 nhóm chính (xem Bảng 12.1). Crocker (1945) cho rằng chỉ có 4 loại mùi chứ không phải 9: hương hoa, hay ngọt; mùi axít hay chua; đốt cháy hay cháy khét; và mùi axít caprylic, hay có "mùi dê". Crocker phát triển một hệ thống đánh số các mùi theo những thành phần này. Số nằm trên thang độ từ 1 đến 8, chẳng hạn mùi hoa hồng được đánh số 6423, có nghĩa là rất thơm, có một số mùi chua axít và cũng có một ít của hai loại mùi khác. Va-ni được đánh số 7122, trong khi mùi của cồn êtyl được cho mã số 5414. Loại hệ thống đánh số này giúp các nhà nghiên cứu nhận dạng một số những điểm giống nhau cơ bản giữa các mùi, nhưng ngày nay có vẻ giản dị thái quá.

Các nhà nghiên cứu hiện đại chọn quan điểm cho rằng có vẻ không chắc chắn lắm khi các loại mùi được rút gọn chỉ dựa vào một vài thành phần cơ bản theo cách các lý thuyết gia ban đầu hình dung, vì dãy hóa chất khác nhau có thể được hệ khứu giác nhận biết rất rộng. Nhiều nỗ lực gần đây mô tả các mùi sử dụng khái niệm **nốt** – quan niệm cho rằng một mùi giống như một cung nhạc, gồm sự kết hợp các nốt khác nhau. Một số mùi rất dễ nhận biết, những mùi này phần lớn bao gồm nốt cao trong khi

Khung 12.1 Thuyết nhìn màu

Nếu pha trộn ánh sáng màu sắc, chúng ta sẽ nhận thấy rằng một màu bất kỳ có thể tạo ra bằng cách thay đổi tỉ lệ của ba màu: đỏ, xanh trời, và xanh lục. Các bóng khác nhau chúng ta nhìn thấy ở truyền hình màu được các chấm màu cực nhỏ trong ba màu này tạo ra, chiếu sáng trong những kết hợp khác nhau để tạo ra màu sắc hình ảnh truyền hình. Quan sát những kết hợp ánh sáng khác nhau tạo ra màu sắc khác nhau, hình thành cơ sở trong nỗ lực dầu tiên giải thích nhìn màu gọi là **nguyên lý Young-Helmholtz**, đặt theo tên các nhà nghiên cứu quan điểm này trong thế kỷ 19.

Thuyết nhìn màu Young-Helmholtz cho rằng chúng ta có ba loại tế bào dò tìm màu sắc khác nhau - tế bào nón – trong võng mạc mắt. Một loại nhạy cảm với bước sóng ánh sáng đỏ, loại khác với ánh sáng xanh trời và loại thứ ba với ánh sáng xanh lục. Bằng cách tạo ra những phối hợp khác nhau tùy vào ánh sáng đến mắt, chúng báo hiệu màu sắc mà não tiếp nhận.

Mặc dù điều này có vẻ hợp lý khi chúng ta nhìn màu nhưng gặp phải trở ngại khi giải thích hai hiện tượng: mù màu và hiệu ứng sau thị giác. **Mù màu** xảy ra khi cá nhân – thường là nam, vì mù màu là một rối loạn di truyền đi kèm với giới tính – không thể phân biệt giữa một số bước sóng ánh sáng. Trong đa số các trường hợp mù màu, con người nhầm lẫn một số bóng màu đỏ với một số bóng màu xanh lục: một rối loạn không có gì phải ngạc nhiên khi gọi là mù màu đỏ – xanh lục. Mù màu thực ra rất thường gặp, 7% nam giới mắc phải, trong khi chưa đến 1% nữ giới bị mù màu. Trong một số trường hợp, kém phổ biến hơn mù màu đỏ – xanh lục, nói chung cá nhân không nhìn thấy màu gì cả, nhìn thấy mọi thứ như những bóng màu đen, trắng và xám, và, trong những trường hợp thật hãn hữu, cá nhân nhầm lẫn một số bóng màu xanh trời và vàng. Thật khó hiểu được những nhận xét này được giải thích hoàn toàn theo nghĩa các tế bào nón khác nhau tiếp nhận ánh sáng màu đỏ, xanh lục và xanh trời ra sao.

Vấn đề liên quan là **hiệu ứng sau tiêu cực.** Nếu bạn chăm chú nhìn vào một mảng màu đỏ khoảng 90 giây, sau đó nhìn vào tờ giấy trắng, sẽ nhận thấy mình nhìn hiệu ứng sau của mảng màu nhưng là một mảng màu xanh lục. Nếu mảng màu bạn chăm chú nhìn có màu xanh lục thì hiệu ứng sau là màu đỏ. Tương tự, nếu chăm chú nhìn vào mảng màu xanh trời, bạn sẽ có hiệu ứng sao màu vàng, mảng màu sáng tạo ra dư ảnh sậm hơn, và v.v... Nói cách khác, hiệu ứng sau phản ánh sự trái ngược kích thích mà chúng được phơi bày – màu trái ngược theo cặp đỏ/ xanh lục và xanh trời/ vàng , và độ sáng trái ngược trong cặp nhạt/ sậm.

Trong nỗ lực giải thích cả hiện tượng sau tiêu cực lẫn mù màu, Hering (1878) đưa ra **thuyết nhìn màu xử lý ngược**. Hering cho rằng muốn giải thích nhận thức màu sắc ở người chỉ bằng ba màu cơ bản trong ánh sáng: đỏ, xanh trời và xanh lục thì chưa đủ: phải hiểu có bốn màu cơ bản vì màu vàng được xem là màu thuần túy chứ không phải pha trộn. Hering cho rằng chúng ta có ba loại tế bào thụ quan trong võng mạc, xử lý thông tin theo cách trái ngược nhau. Khi thụ quan thuộc pha đồng hóa, nó sẽ phản ứng với một màu trong cặp, khi nằm trong pha trái ngược mà Hering gọi là pha dị hóa, thụ quan sẽ phản ứng với màu trái ngược. Vì thế các tế bào giống nhau sẽ phản ứng với các cặp

Có dạo, người ta nghĩ rằng những vùng này chứa đựng các loại thụ quan hoàn toàn khác nhau. Tuy nhiên, ngày nay điều chắc chắn là hầu hết các thụ quan vị giác cũng phản ứng với các vị khác, nhưng chúng có **ngưỡng phản ứng** khác nhau đối với những hóa chất khác nhau – nói cách khác, hóa chất khác nhau cần có cường độ khác nhau trước khi chúng phân cực màng tế bào đủ để tạo ra xung điện. Người ta cho rằng não giải mã xung đang được tiếp nhận từ các thụ quan vị giác bằng cách đánh giá các sợi thần kinh khác nhau trong một vùng bị kích thích thường xuyên đến mức nào và các nhóm tế bào thụ quan khác nhau nhạy cảm ra sao.

Cũng như khứu giác, tế bào thụ quan vị giác luôn tự hồi phục, chẳng hạn mỗi nụ vị giác hoàn toàn đổi mới trong mỗi bảy ngày. Tính nhạy cảm với vị có vẻ giảm sút theo độ tuổi mặc dù cũng như hầu hết những thay đổi liên quan đến độ tuổi khác, sự giảm sút này nhiều hơn. Dĩ nhiên, tính nhạy cảm ở mỗi người khác nhau: một người phân tích thức ăn hay đầu bếp đã qua trường lớp chẳng hạn có thể nhận biết những sắc thái về vị rất tinh tế trong một thức ăn cụ thể trong khi nhiều người khác hài lòng với cách đánh giá mùi vị chung chung hơn nhiều.

Có những khác nhau giữa chủng loài theo nghĩa khả năng phát hiện vị. Chẳng hạn mèo không có thụ quan vị giác đối với thức ăn ngọt trong khi thụ quan này có ở loài chó. Bạn quan sát điều này nếu có nuôi vật cưng: chó rất thích sô-cô-la hay thức ăn ngọt khác nhưng mèo thường lảng đi nơi khác. Ở người, phản ứng với vị thay đổi theo trạng thái sinh lý: dung dịch sunphát kẽm heptahydrate, chẳng hạn được các chuyên gia ăn kiêng sử dụng để phát hiện sự thiếu hụt kẽm vì có vẻ dung dịch này hoàn toàn vô vị đối với những người thiếu kẽm nhưng đối với người đủ kẽm có vị rất nóng, khó chịu. Tương tự "cơn thèm" vị trong một thức ăn cụ thể ở nhiều phụ nữ mang thai được cho là liên quan đến sự thiếu hụt khoáng chất hay chất khác, có thể tìm thấy trong loại thức ăn ấy.

Thụ quan trong hệ xúc giác

Thụ quan nhận cảm ở da gồm có ba loại chính: thụ quan phản ứng với áp lực, thụ quan phản ứng với nhiệt độ và thụ quan phản ứng với kích thích gây đau. Thụ quan nhận cảm phản ứng với áp lực nằm ngay dưới da, có vẻ thay đổi hoàn toàn: một số thụ quan có phần đầu thần kinh được bao bọc bằng một nang nhỏ trong khi các thụ quan khác để trống phần đầu.

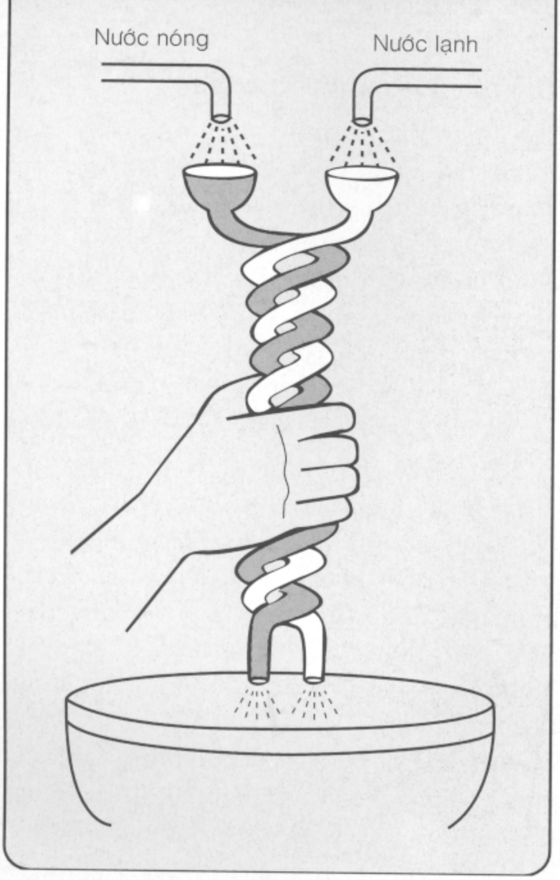
Một số vùng trên da nhạy cảm hơn các vùng khác vì chúng có số lượng thụ quan áp lực khác nhau. Điều này có thể kiểm tra bằng cách sờ tay vào da ở hai điểm, nằm gần nhau, và xem liệu có cảm giác được hai điểm khác nhau hay chỉ là một. **Ngưỡng hai điểm** được ấn định ở điểm nơi cá nhân có cảm giác bị áp lực như một điểm trong 50% các cuộc thử nghiệm. Các vùng da có ngưỡng hai điểm thấp nhất thường có khuynh hướng là những bộ phận nhạy cảm nhất trong cơ thể: môi, đầu ngón tay, lưỡi và cơ quan sinh dục. Lưng, bắp đùi và bắp chân có những ngưỡng rất cao là những bộ phận kém nhạy cảm nhất trong cơ thể.

Nhiệt độ được các đầu thần kinh để trống ở da tiếp nhận. Những thụ quan nhận cảm này phản ứng khi nhiệt độ của da thay đổi. Thụ cảm "nóng" phản ứng khi bề mặt của da ấm lên, nhưng việc nóng và lạnh nhanh kích hoạt các thụ quan "lạnh". Một minh họa xúc giác nổi tiếng chứng minh điều này là việc cho nước nóng và lạnh chảy qua hai ống đan xoắn. Cá nhân nắm cả hai ống cùng lúc bằng một tay sao cho cả hai loại kích thích đều được tiếp nhận sẽ có cảm giác nóng (Hình 12.3).

Thụ quan đau nhức

Mặc dù thụ quan đau nhức cũng là một phần trong hệ xúc giác nhưng chúng quan

Hình 12.3 Ảo giác do nhiệt



trọng đến mức được đề cập tách riêng. Khi một kích thích đủ mạnh để tạo ra tiếp xúc thương tổn ở da, hóa chất được phóng thích trong da, và những chất này chảy đến vùng tương ứng. Những hóa chất này được các vị trí thụ quan chuyên biệt của tế bào thụ quan đau nhức tiếp nhận, thụ quan có các đầu thần kinh để trống ở da. Hóa chất là nguyên nhân tạo ra thay đổi điện thế ở tế bào, tạo ra xung điện trực tiếp truyền đến tủy sống, kích thích phản xạ chẳng hạn như rút tay chân về hay cử động của cơ thể tránh tác nhân kích thích.

Nói chung, xung mang thông tin đau được chuyển cùng lúc đến bộ não sao cho chúng ta nhận biết. Tuy nhiên có những lúc chúng ta bị đau và không để ý đến – nhất là khi tham gia hoạt động gắng sức. Melzack và Wall (1982) đề xuất **lý thuyết cổng** đau, cho rằng xung thần kinh tạo ra sự thấm đau qua một loạt "cổng" khi chúng đi lên não. Những cổng này không tự động để cho thông tin đau lọt qua: chúng cũng bị các loại thông tin khác tác động. Vì thế cổng có thể đóng lại bằng các xung thần kinh từ bộ não đi xuống chẳng hạn như các xung được tạo ra khi bị đánh thức cực độ. Và các loại tác nhân kích thích khác như áp lực đôi lúc làm cổng đóng, giải thích tại sao lấy tay xoa vào chỗ nhức đôi khi làm giảm đau.

Thật thú vị chúng ta không phải lúc nào cũng có cảm giác đau đúng ngay điểm bị thương tổn. Nhất là đối với các thương tổn bên trong, chúng ta cảm thấy đau ở một vùng khác – gần đó chứ không đúng ngay điểm đau. Lý do giải thích điều này là cảm giác đau không chỉ là vấn đề cảm giác xung thần kinh một cách trực tiếp. Thay vào đó, não tiếp nhận thông tin thần kinh báo hiệu đau – sau khi đi qua các cổng kết hợp – và phản ánh những thông tin này cho "bản đồ" bên trong của cơ thể.

Điều này rất dễ thấy trong nghiên cứu **chi ma –** cảm giác một chi vẫn còn sau khi bị cắt cụt. Melzack (1992) báo cáo một loạt nghiên cứu mẫu về người có chi ma, chứng minh rằng điều này rất thường gặp – thật ra chúng có vẻ là kết quả bình thường của sự cắt chi cố ý và ngẫu nhiên hơn là ngoại lệ. Melzack cho rằng chi ma là do sự phản ánh cảm giác của bộ não đối với hình ảnh cơ thể bên trong.

Theo Melzack hình ảnh cơ thể bên trong được báo cho hệ thần kinh biết từ trước: những người sinh ra đã cụt chi thường cảm giác toàn bộ các chi ma nhưng họ không thể biết được. Trong trường hợp cắt chi, hình ảnh cơ thể vẫn còn nguyên vẹn cho dù bản thân cơ thể đã bị cắt, cảm giác thường rất thực đến mức cá nhân tác động đến các chi. Melzack báo cáo điều này không phải là bất thường đối với những người mất một chân khi bước ra khỏi giường thường dùng chân bị mất để đứng và chỉ nhớ ra chân bị cụt khi họ té ngã.

Đáng ngạc nhiên hơn, Katz và Melzack (1990) cho thấy rằng chi ma cũng mang trí nhớ đau đớn xảy ra trước khi cắt chi. Đau đớn như thế rất nhiều, dĩ nhiên rất khó trị. Trong một trường hợp, một người trên đường đến bệnh viện để lấy mảnh vụn gây đau nhức nằm dưới móng tay trong một tai nạn làm dập cả cánh tay. Anh ta vẫn còn cảm thấy đau nhứt với mảnh vụn ở phần chi ma sau khi cánh tay bị cắt cụt. Katz và Melzack báo cáo rằng việc gây tê vùng tổn thương gây đau nhức trong một thời gian trước khi tiến hành cắt chi có vẻ làm cho sự đau nhức ở chi ma ít hơn. Điều này dường như giúp hình ảnh cơ thể của bộ não có đủ thời gian để quen với hình ảnh của một chi không đau hợp lý sao cho khi bộ não tạo ra chi ma là chi không đau hợp lý. Katz và Melzack đề nghị nên áp dụng điều này làm cách điều trị tiêu chuẩn.

Thụ quan trong hệ thống tự cảm

Khi các triết gia theo chủ nghĩa kinh nghiệm lập luận rằng chúng ta chỉ biết thế giới qua chứng cứ đến với mình từ các giác quan, họ nhận dạng 5 giác quan: thị giác, thính giác, khứu giác, vị giác và xúc giác. Nhưng điều này có nghĩa là họ bỏ qua một tập hợp giác quan rất quan trọng: tập hợp cho chúng ta biết về cơ thể của chính mình. Những giác quan này, chúng ta có thể gọi là **giác quan tự cảm** cung cấp một nguồn thông tin quan trọng nhưng chúng ta xem đó là mặc nhiên.

Có nhiều loại thụ quan khác nhau đối với loại thông tin này. Thụ quan tự cảm mang thông tin từ cơ, gân và khớp dọc các sợi thần kinh bên trong đến vùng nhận cảm trong vỏ não. Sacks (1985) báo cáo một trường hợp một phụ nữ có cảm giác hoàn toàn mất hết tự cảm, hoàn toàn đột ngột. Điều này là do thình lình bị bỏng ở các dây thần kinh nhận cảm tự cảm, khiến nạn nhân có cảm giác "hồn lìa khỏi xác" và không thể điều phối hay kiểm soát cử động của mình. Nạn nhân mô tả có cảm giác như thể cơ thể đột nhiên bị "mù" – không thể "nhìn thấy" bản thân đang làm chuyện gì.

Nguồn thông tin khác là **cảm giác cân bằng.** Thụ quan đảm nhận việc này nằm trong công cụ tiền đình thuộc tai trong, phía trên ốc tai. Chúng gồm nhiều tế bào lông, nhô vào một chất nhầy sền sệt chứa các mảnh tinh thể canxi cực nhỏ gọi là **sỏi tai.** Khi cơ thể không đứng thẳng hay đầu bị nghiêng, sỏi tai gây áp lực đối với tế bào lông. Áp lực tạo ra một xung điện sau đó truyền đến não. Những bộ phận nhạy cảm này cũng giúp chúng ta dò tìm cử động luôn thẳng đứng, giống như loại cử động chúng ta cảm thấy khi đi tàu hỏa hay máy bay.

Cử động cơ thể hay **chứng mất cảm giác vận động** cũng được dò tìm trong tai trong, nhưng lần này sử dụng một bộ phận khác trong công cụ tiền đình gọi là ống hình khuyên. Những ống này có ba vòng, mỗi vòng chứa nội dịch, nằm vuông góc với nhau theo ba chiều (xem Hình 12.2). Khi cơ thể cử động đột ngột hay đổi hướng, nội dịch dao động quanh ống hình khuyên, và cử động này được các tế bào lông nhỏ dò tìm. Các loại cử động khác nhau tạo ra lượng nội dịch dao động trong ống khác nhau sao cho não dò tìm đang diễn ra cử động gì. sự chóng mặt sau khi chúng ta chơi vòng đua ngựa gỗ hay tàu lượng cao tốc là do nội dịch trong các ống hình khuyên đang chuyển động.

Một số chứng cứ gần đây nhận dạng các tế bào đặc biệt có các hạt kim loại nhỏ dường như có tác dụng như **thụ quan từ tính** ở một số động vật, chẳng hạn như bồ câu. Người ta nghĩ rằng thụ quan này giúp động vật biết được hướng di chuyển. Người ta cho rằng con người cũng có những thụ quan định hướng theo từ tính này: nhưng chứng cứ vẫn chưa thuyết phục. Một số người cho rằng mình có "giác quan định hướng" tốt là do những thụ quan này, nhưng chứng cứ có hệ thống còn rất hạn chế. Dĩ nhiên cũng có vấn đề chúng ta cần có cảm giác đối với một giác quan như thế từ nhỏ để sử dụng hoàn hảo cũng như đối với khứu giác.

Còn nhiều điều chúng ta chưa biết về con người và "giác quan không quan trọng", dường như việc tiến hành nghiên cứu ở những người trong xã hội phi công nghệ sẽ giúp chúng ta đưa vấn đề này ra ánh sáng. Chẳng hạn: Dodd (1989) đề cập hệ thống rèn luyện khứu giác dành cho trẻ thổ dân châu Úc, đã được đề cập. Số trẻ này được rèn luyện để nhận dạng và nhận biết nhiều loại mùi khác nhau ngay từ rất nhỏ, vì thế chúng thành thạo trong việc sử dụng mùi làm nguồn thông tin chính hơn hầu hết trẻ phương Tây. Khi được rèn luyện, khứu giác ở người cực kỳ nhạy cảm, có thể dò tìm nồng độ nhỏ nhất của một số loại chất.

Tương tự, năm 1959, Witkin chứng minh những người trong xã hội châu Phi truyền thống ít lệ thuộc vào thị giác hơn là người châu Âu. Họ sử dụng cảm giác vận động nhiều hơn trong việc điều chỉnh cân bằng đến mức họ ít bị ảo giác đánh lừa như người châu Âu thường gặp hơn. Chúng ta cần phải học hỏi nhiều từ những người trong xã hội phi công nghệ về những gì mà hệ thống nhận cảm của con người có thể đạt được.

THÔNG TIN NHẬN CẢM TRONG HỆ THẦN KINH TRUNG ƯƠNG

Sợi thần kinh và cấu trúc thần kinh cấu thành bộ não và tủy sống gọi chung là hệ thần kinh trung ương hay CNS. Một phần quan trọng trong chức năng hoạt động của hệ thần kinh trung ương bao gồm xử lý thông tin nhận cảm: thông tin nhận cảm được tiếp nhận qua các cơ quan cảm giác chuyên biệt như chúng ta chứng kiến nhưng thông tin sau đó đi đến hệ thần kinh trung ương để được phân tích và để có hành động trên cơ sở ngụ ý của thông tin.

Giải mã trong vùng đồi thị

Các nơron từ hầu hết thụ quan nhận cảm hình thành liên khớp thần kinh ở một bộ phận của não gọi là đồi thị. Liên khớp thần kinh xảy ra khi một nơron đi đến một đầu và truyền thông tin của mình cho các nơron khác, mang thông tin đến các bộ phận khác của não (chúng ta đã khảo sát hoạt động của liên khớp thần kinh trong Chương 11). Đồi thị hoạt động như một cơ chế chuyển tiếp nhận cảm cho não, theo nghĩa tiếp nhận thông tin nhận cảm và phân loại thông tin trước khi chuyển đến vùng vỏ não thích hợp. Dây thần kinh thị giác và thính giác như chúng ta đã biết bắt đầu ở mắt và tai trong, kết thúc ở đồi thị. Ở đây, chúng liên kết với các nơron khác truyền thông tin đến các vùng thị giác và thính giác trong vỏ não.

Có các bộ nhân tế bào đặc biệt trong đồi thị xử lý thông tin thị giác và thính giác. Những bộ nhân xử lý thông tin thị giác gọi là **nhân khuỷu bên.** Năm 1968, Hubel và Wiesel báo cáo kết quả nghiên cứu sử dụng **ghi lại bằng vi điện cực** – ghi lại hoạt động của não bằng việc sử dụng điện cực nhỏ đến mức có thể ghi lại xung điện của một tế bào thần kinh riêng lẻ.

Hubel và Wiesel nhận thấy rằng các tế bào trong vùng não này phản ứng với một tác nhân kích thích thật chính xác – một vòng tròn ánh sáng trong một phần cụ thể của thị trường. Mỗi tế bào được kích thích bởi một tác nhân kích thích nằm giữa trường tiếp nhận nhưng bị ức chế bởi một tác nhân kích thích rơi vào vùng xung quanh. Vì thế ánh sáng trực tiếp vào giữa trường tiếp nhận của tế bào là nguyên nhân làm cho tế bào phóng điện, nhưng ánh sáng chỉ trượt qua trường sẽ không làm cho tế bào phóng điện. Các nhà nghiên cứu cũng nhận thấy những tế bào này phản ứng mạnh đối với một dải ánh sáng: tác nhân kích thích không cần phải là một chấm mà là một dải ánh sáng bao phủ tâm trường tiếp nhận của tế bào.

Ngoài điều này ra, Hubel và Wiesel nhận thấy rằng sự so sánh thông tin ở hai mắt dường như bắt đầu ở đồi thị. Tế bào khuỷu bên được sắp xếp thành các lớp xen kẽ tùy thuộc vào vsiệc chúng tiếp nhận thông tin từ mắt trái hay mắt phải. Những tế bào nào nằm gần nhau nhất trong các lớp khác nhau cũng phản ứng đối với tác nhân kích thích đến từ cùng một bộ phận trong thị trường. Vì thế ngụ ý là một số xử lý thông tin thị giác sơ bộ đã diễn ra trong đồi thị, cho dù xử lý phức tạp hơn khi thông tin đến được vỏ não.

Giải mã trong não

Não là một cấu trúc lớn ở con người che phủ phần não còn lại, gồm hai bán cầu lớn, gấp nếp, được tách biệt bằng một rãnh sâu ở giữa, trên bề mặt có chất xám, và chất trắng đặc bên dưới. Chất trắng gồm các sợi trục bao myelin gồm các nơron đệm được nén chặt, mang thông tin tới lui giữa các vùng não khác nhau. Chất xám, nằm bên ngoài, gồm các thân tế bào và sợi thần kinh không bao myelin, có khoảng 6 lớp tế bào nằm sâu. Chính trong chất xám, còn gọi là **vỏ não** diễn ra hầu hết hoạt động của não.

Như chúng ta đã biết trong Chương 10, có những vùng chuyên biệt trên vỏ não xử lý thông tin được các thụ quan nhận cảm cụ thể tiếp nhận. Thụ quan nhận cảm liệt kê trong Bảng 12.2. Vùng đặc biệt trên vỏ não gọi là **vùng chiếu nhận cảm**, liệt kê trong Bảng 12.3. Trong Chương 2, chúng ta đã chứng kiến Hubel và Wiesel (1968) phát hiện ba loại nơron khác nhau trong vỏ não. Một loại tế bào, họ gọi là **tế bào đơn** phản ứng với các đơn vị thông tin nhỏ, được xác định rõ chỉ đến từ một nơi trong thị trường chẳng hạn một dấu chấm hay một nét trong một góc cụ thể. **Tế bào phức** tiếp nhận thông tin từ nhiều

Bảng 12.2 Thụ quan nhận cảm

Võng mạc: Phản ứng với thông tin ánh sáng đi vào mắt. Thụ quan này có hai loại: dò tìm độ sáng và màu sắc.

Ốc tai: Phản ứng với thông tin âm thanh tiếp nhận từ tai, dò tìm cường độ và độ cao âm sắc.

Biểu mô khứu giác: Phản ứng với hóa chất trong không khí và đi vào mũi. Giới nghiên cứu không chắc hiện có bao nhiêu loại thụ quan khứu giác khác nhau.

Nụ vị giác: Phản ứng với hóa chất hòa tan trong nước bọt. Chúng phản ứng với các vị mặn, ngọt, chua và đắng.

Thụ quan ở da: Những thụ quan này dò tìm thông tin do da tiếp nhận. Có những thụ quan khác nhau đối với nhiệt độ, áp lực và đau nhức.

Sự tự cảm: Phản ứng với thông tin đến từ bên trong cơ thể. Một số phản ứng với sự tự cảm – nghĩa là tình trạng định vị cơ và chi. Các thụ quan khác phản ứng với thông tin về sự cân bằng trong khi thụ quan mất cảm giác vận động phản ứng với thông tin về cử động.

Bảng 12.3 Vùng chiếu nhận cảm

Vỏ vân (vỏ não). Xử lý thông tin thị giác.

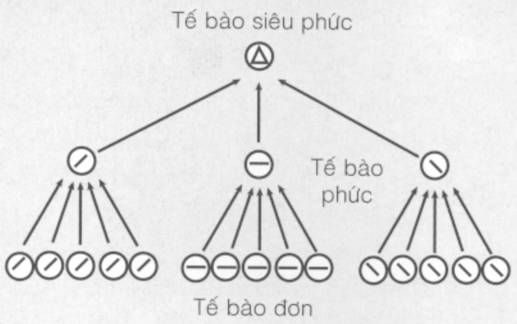
Vỏ khứu giác. Xử lý thông tin từ các thụ quan khứu giác trong mũi, có thể tham gia xử lý vị giác.

Vỏ thính giác. Xử lý thông tin từ tai.

Vỏ nhận cảm cơ thể. Xử lý thông tin về bề mặt cơ thể, được các cơ quan cảm giác ở da tiếp nhận.

Vỏ vận động. Liên quan đến cử động chủ động của cơ bắp.

Hình 12.4 Tế bào đơn, phức và siêu phức



tế bào đơn điều này có nghĩa rằng chúng phóng điện để phản ứng với thông tin phức tạp hơn – như một đoạn thẳng trong một góc bất kỳ hay một đoạn thẳng trong một góc cụ thể nằm bất cứ nơi nào trong thị trường. **Tế bào siêu phức** tiếp nhận thông tin từ nhiều tế bào phức và phóng điện đối với các hình dạng hay mẫu đơn giản (xem Hình 12.4).

Ngụ ý của chứng cứ này ở chỗ một số loại xử lý thông tin thị giác cơ bản – ít nhất, xử lý liên quan đến việc phân loại các hình dạng và con số đơn giản, phân biệt chúng với phần nền, có thể "dính với" hệ thần kinh. Vì thế nó cung cấp chứng cứ sinh lý dùng để ủng hộ lập luận của các nhà tâm lý học Cấu trúc cho rằng nhận thức trên cơ sở hình ảnh là một phần cơ bản, bẩm sinh trong nhận thức thị giác. Và điều này cũng cho chúng ta biết tầm quan trọng về mối quan hệ giữa cấu trúc và sự sắp xếp thần kinh trong não và kinh nghiệm nhận thức của chúng ta.

Các cột mắt vượt trội

Năm 1979, Hubel và Wiesel báo cáo kết quả sự ghi lại của hàng ngàn vi điện cực trong vỏ thị giác của não. Bằng cách đưa ra một tác nhân kích thích thị giác đơn giản như dấu chấm hay đoạn thẳng và ghi lại nơron nào phóng điện phản ứng, dần dần họ có được bức tranh về cách tổ chức của vỏ não. Một trong những chứng cứ của họ là bộ phận vỏ não này có vẻ được tổ chức thành cột mà họ gọi là **cột mắt vượt trội.** Mỗi cột phản ứng với thông tin đến từ một mắt, tất cả tế bào trong một cột cụ thể được kích hoạt để phản ứng với cùng tác nhân kích thích.

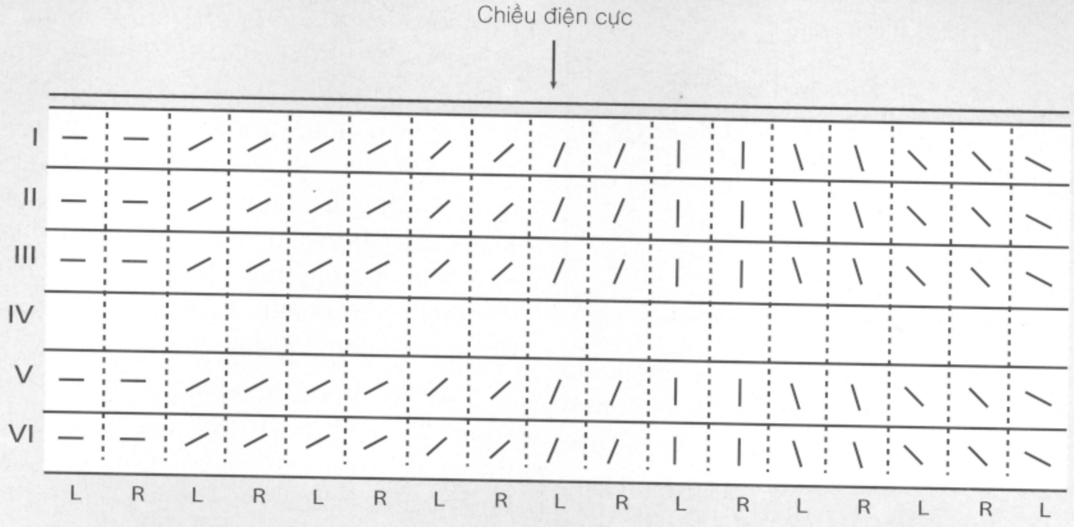
Hubel và Wiesel nhận thấy có khoảng 6 lớp tế bào trong mỗi cột tương ứng với số lớp trong vỏ não. Các lớp khác nhau có vẻ có những tế bào có chức năng khác nhau. chẳng hạn, lớp IV là nơi tế bào mang thông tin từ đầu đồi thị, hình thành sự kết hợp liên khớp thần kinh với các tế bào khác. Các lớp khác có tế bào hình thành sự liên kết với các bộ phận khác nhau của vỏ não.

Sự sắp xếp các cột cũng thú vị vì Hubel và Wiesel chứng minh rằng chúng được sắp xết theo cách phải xen kẽ thông tin từ mắt trái và phải. Vì thế một cột chứa đựng tế bào phản ứng với một đoạn thẳng trong một góc nào đó ở một phần cụ thể của thị trường do mắt phải nhìn thấy, sẽ được đặt kế bên cột phản ứng với cùng kích thích tương tự nhưng do mắt trái nhìn thấy. Cột kế tiếp sẽ phản ứng với kích thích do mắt phải nhìn, chỉ khác biệt một chút với kích thích trước – góc thay đổi khoảng một hai độ. Và cột tiếp theo phản ứng với kích thích tương tự nhưng từ mắt trái và cứ thế (xem Hình 12.5).

Các điểm chéo

Cả thính lẫn thị giác là những giác quan định hướng có nghĩa chúng ta sử dụng chúng để định vị sự vật đang nằm ở đâu. Các cột mắt vượt trội xen kẽ thông tin tương tự từ mắt trái và mắt phải, điều này là vì nó giúp não so sánh hình ảnh hơi khác nhau do mắt trái và phải tiếp nhận. Như chúng ta đã biết trong Chương 2, sự khác nhau giữa cả hai cho chúng ta biết sự vật cách bao xa: đối tượng gần hơn thể hiện sự chênh lệch trong thị trường nhiều hơn đối tượng ở xa. Vì thế so sánh kích thích do hai mắt tiếp nhận là gợi ý quan trọng giúp chúng ta biết khoảng cách. Có được thông tin từ hai mắt giúp não xử lý thông tin này.

Hình 12.5 Các cột mắt vượt trội trong vỏ thị giác

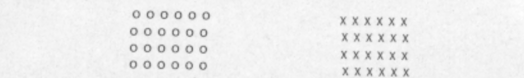


L = Tác nhân kích thích từ mắt trái R = Tác nhân kích thích từ mắt phải

Để so sánh thông tin từ mỗi mắt, cần phải phù hợp ở một điểm nào đó. Sự phù hợp diễn ra ở **thể chéo thị giác** – một điểm chéo trong não nơi các dây thần kinh thị giác mang thông tin từ hai mắt gặp nhau (Hình 12.6). Ở thể chéo thị giác, các sợi mang thông tin từ bên trái của mỗi võng mạc chuyển đến bán cầu trái và những sợi mang thông tin từ bên phải của mỗi võng mạc chuyển đến bán cầu phải. Vì thế bán cầu trái tiếp nhận thông tin về những gì ở bên phải thị trường trong khi bán cầu phải tiếp nhận thông tin về những gì ở bên trái thị trường. Chúng ta khảo sát điều này trong Chương 10, khi nghiên cứu điều gì diễn ra khi tách hai bán cầu trong nghiên cứu tách não.

Đối với thính giác cũng có cơ chế tương tự. Chúng ta biết âm thanh đến từ hướng nào bằng cách so sánh tín hiệu do hai tai tiếp nhận. Âm thanh từ bên tay phải sẽ đến tai phải trước khi đến tai trái. Có một điểm chéo ở đó thông tin đến từ hai tai được kết hợp và chéo qua, điều này có nghĩa bằng việc kết hợp thông tin đến từ hai tai, não có thể nhận dạng âm thanh từ đâu đến.

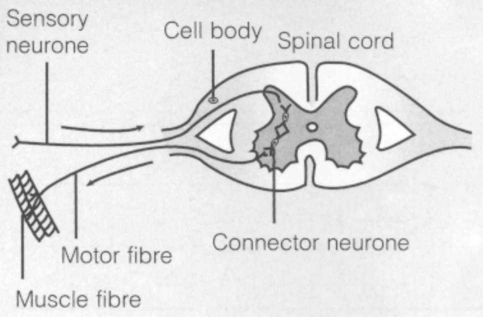
Hình 12.6 Tuyến thị giác trong não



Thông tin nhận cảm trong tủy sống

Không phải mọi thông tin nhận cảm đều diễn ra trong não. Nếu thông tin quan trọng và cần hành động tức thời – như thông tin cho biết một bộ phận cơ thể bị

Hình 12.7 The reflex arc



đau cấp tính hay bị bỏng – thì thông tin được tủy sống trực tiếp xử lý. Sự phối hợp các thụ quan, tế bào thần kinh và tế bào trong tủy sống tạo ra những gì chúng ta gọi là **cung phản xạ,** có thể là hình thức xử lý nhận cảm cơ bản nhất diễn ra trong hệ thần kinh, vì thế nghiên cứu tế bào thần kinh liên quan giúp chúng ta có được bức tranh đơn giản hóa hoạt động phối hợp của tế bào thần kinh (Hình 12.7).

Cung phản xạ

Cung phản xạ không liên quan gì đến bộ não. Khi rút tay khỏi một đồ vật nóng, bạn không hề nghĩ gì về nó – động tác này hoàn toàn tự động gần như thụ quan cảm giác ở da bạn biết được sức nóng. Điều này là do kích thích được thụ quan đau nhức trong da phát hiện và kích thích **nơron nhận cảm.** Nơron kéo dài từ thụ quan cảm giác đến tủy sống, xung điện mà nó tạo ra truyền dọc theo suốt chiều dài, khi đến tủy sống, nơron kết thúc ở liên khớp thần kinh, nơi dây chuyển thông tin đến nơron đệm.

Nơron đệm là những nơron nhiều nhánh trong tủy sống và não. Chúng liên kết với nhiều tế bào thần kinh khác nhau, nhưng trong trường hợp cung phản xạ, điều quan trọng là nơron đệm truyền thông tin đến một nơron vận động dài, bắt đầu ở tủy sống và kéo dài xuống sợi cơ cánh tay. Hoạt động của nơron vận động kích thích cơ, co thắt, rụt tay về tránh kích thích làm đau.

Dĩ nhiên, thực ra phản xạ như rụt tay khỏi đồ vật nóng cũng bao gồm nhiều loại nơron chứ không phải một nhưng đề cập như thế chỉ có một để dễ hiểu cung phản xạ hơn. Nơron đệm cũng gởi thông tin đến não cũng như cơ sao cho bạn biết mình đang làm gì. Nhưng không phải não quyết định cử động – tình huống quá khẩn cấp không kịp ra quyết định. Thay vào đó, thông tin được xử lý bằng phương tiện nhanh nhất sao cho hành động phải càng nhanh càng tốt.

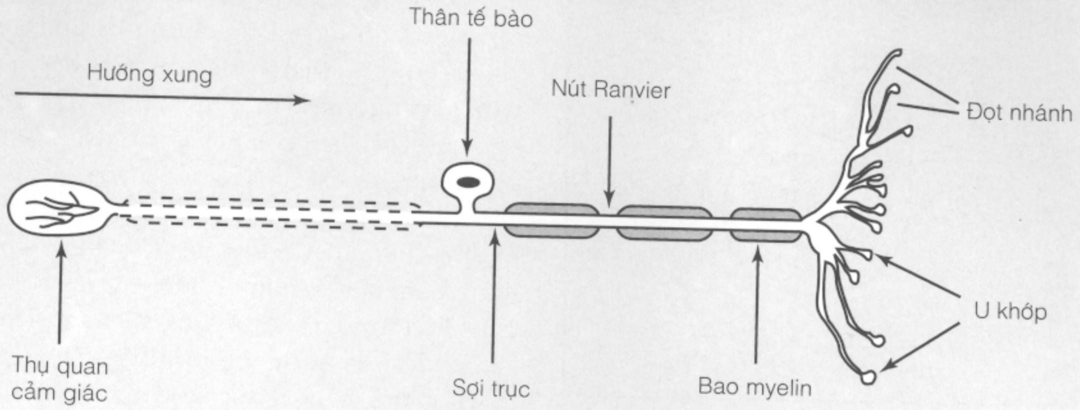
Sau đó thông tin nhận cảm được tủy sống cũng như não xử lý. Nhưng loại thông tin được xử lý có thông tin định hướng sống còn, rất cơ bản – tránh đau – cần phải giải quyết càng nhanh càng tốt. Tế bào thần kinh liên quan cũng đảm bảo rằng thông tin đến nơi càng nhanh càng tốt. Để hiểu điều này chúng ta cần khảo sát chi tiết cách hoạt động của nơron.

NƠRON HOẠT ĐỘNG RA SAO

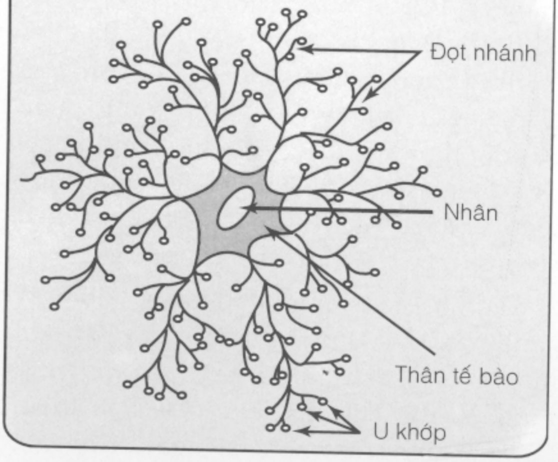
Ba loại nơron liên quan đến cung phản xạ – nơron nhận cảm, đệm và vận động – là ba loại nơron chính cấu thành hệ thần kinh. **Nơron nhận cảm** mang thông tin từ thụ quan cảm giác đến hệ thần kinh trung ương – thường đến tủy sống hay đồi thị, là trung tâm chuyển tiếp nhận cảm chính (Hình 12.8). **Nơron đệm** tìm thấy bên trong não và tủy sống, có nhiều đọt nhánh nối chúng với tế bào thần kinh khác (Hình 12.9). Hầu hết não và tủy sống đều do nơron đệm cấu thành. **Nơron vận động** mang hướng dẫn của hệ thần kinh trung ương đến sợi cơ, vì thế chúng có một đầu trong não hay tủy sống, đầu kia trong sợi cơ (Hình 12.10).

Điều chúng ta biết là "dây thần kinh" thực ra là những sợi nơron nhận cảm và vận động thon dài, kết hợp thành bó. Một số sợi thần kinh **hướng tâm** có nghĩa chúng mang thông tin từ các giác quan đến bộ não. Vì thế chúng gồm các nơron nhận cảm. Những dây thần kinh khác là

Hình 12.8 Tế bào thần kinh nhận cảm


Thân tế bào
Hướng xung
Nút Ranvier
Đọt nhánh
U khớp
Thụ quan
cảm giác
Sợi trục
Bao myelin

Hình 12.9 Nơron đệm

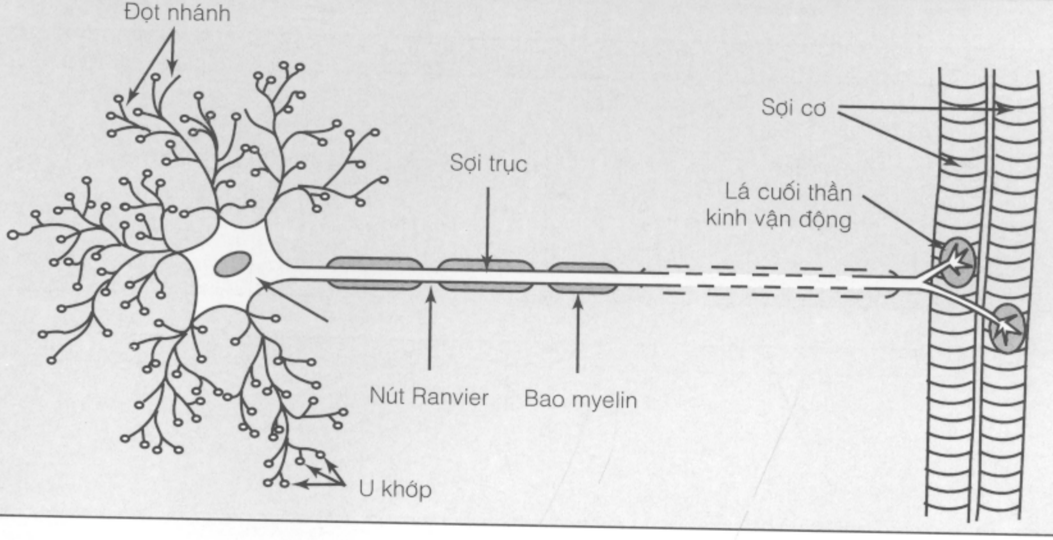

Đọt nhánh
Nhân
Thân tế bào
U khớp

ly tâm mang thông tin từ bộ não hay tủy sống đến cơ. Chúng gồm nơron vận động. hai loại dây thần kinh trải rộng trong một mạng phức tạp khắp cơ thể.

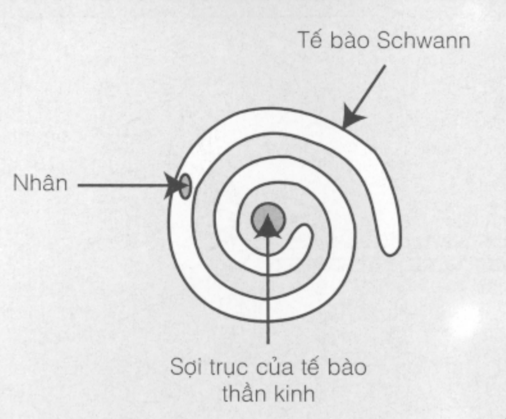
Xung thần kinh

Vì điều quan trọng là thông tin nhận cảm truyền rất nhanh, các sợi trục của cả nơron vận động và nhận cảm được bao bằng một lớp phủ đặc biệt gọi là **bao myelin.** (Hình 12.11), tự bao bọc quanh sợi trục của nơron. Nhưng không bao phủ hoàn toàn, chừa lại những khoảng hở nhỏ gọi là **nút Ranvier**. Bao myelin tác dụng

Hình 12.10 Nơron vận động


Đọt nhánh
Sợi cơ
Sợi trục
Lá cuối thần
kinh vận động
Nút Ranvier
Bao myelin
U khớp

Hình 12.11 Tế bào Schwann



như chất cách điện, ngăn không cho xung điện tạo ra ở điểm ấy. Nhưng để hiểu điều này, chúng ta cần khảo sát về hóa học của tế bào thần kinh.

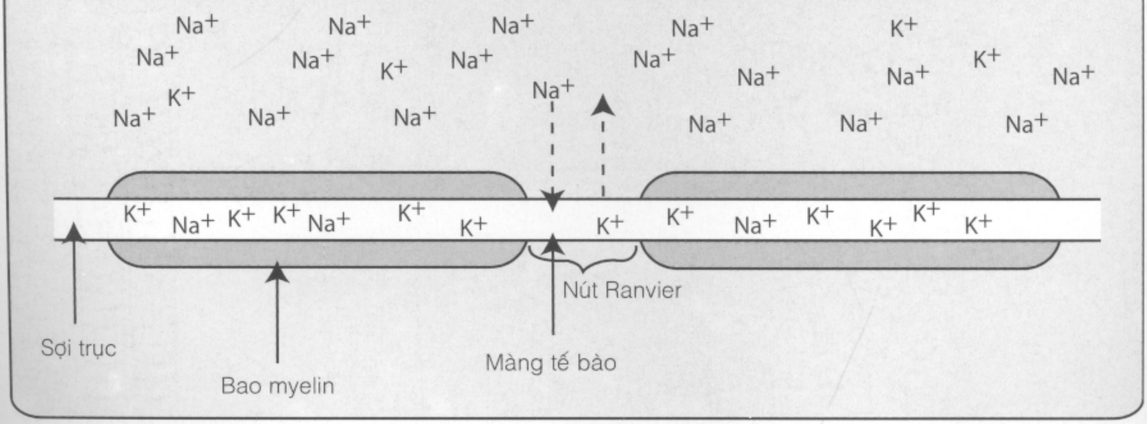
Tế bào thần kinh phóng điện bằng cách tạo ra một xung điện ngắn chuyển xuống sợi trục đến đọt nhánh của tế bào. Xung điện tạo ra sự tương tác giữa các hóa chất khác nhau bên trong và bên ngoài tế bào. Sự tương tác này có thể vì màng bao phủ trục tế bào thần kinh có tính bán thẩm thấu – nghĩa là nó để một số phân tử lọt qua nhưng ngăn cản số phân tử khác thoát ra ngoài, theo chiều âm hay dương, và gọi là **ion.** Xung điện của nơron sinh ra do sự tương tác giữa các ion natri và kali.

Khi tế bào thần kinh đang nghỉ, có nhiều ion kali bên ngoài sợi trục, và bên trong có nhiều ion natri. "Cổng" trong màng tế bào mở ra để chúng đi qua. Ion kali đi qua màng tế bào nhanh hơn ion natri, có nghĩa là ba ion kali đi qua bên ngoài tế bào so với hai ion natri đi vào bên trong tế bào. Vì cả ion natri lẫn kali đều được tích điện dương, tạo ra sự phóng điện bên trong tế bào thần kinh thấp hơn bên ngoài – bên trong tế bào tích điện âm so với bên ngoài (xem Hình 12.12). Khi đang nghỉ – một trạng thái gọi là **điện thế nghỉ** – nơron sẵn sàng phóng điện nhưng có thể trong trạng thái ấy một thời gian lâu trước khi phóng.

Khi xung điện truyền xuống tế bào, màng tế bào bị phân cực, mở "cổng" cho natri đi vào tế bào. Nếu màng bị phân cực ít thì các ion kali đi vào để duy trì tình trạng nghỉ. Nhưng đôi khi, lượng phân cực đạt **ngưỡng,** và có nhiều phân tử natri đổ xô qua ngưỡng tạo thành sự phóng điện dương ngắn trong nơron – điều chúng ta gọi là **điện thế tác động.**

Điện thế tác động không kéo dài lâu vì cổng natri bắt đầu đóng lại ngay sau khi mở ra trong khi cổng kali vẫn còn mở rộng. Vì thế kali đổ xô vào tế bào thêm lần nữa trong khi natri bị ngăn. Đôi khi, phản ứng này làm cho tế bào tích điện âm mạnh đến mức cần một thời gian ngắn để

Hình 12.12 Chuyển đổi ion



phục hồi trước khi phóng điện lần nữa. Thời kỳ này gọi là **thời kỳ trơ tuyệt đối.** Tiếp đến là **thời kỳ trơ tương đối**, trong thời gian ấy tế bào có thể phóng điện nhưng chỉ phản ứng với một loạt tín hiệu đặc biệt mạnh.

Bao myelin

Điện thế tác động chuyển dần dọc theo sợi trục của nơron, phân cực màng sợi trục khi nó đi qua. Nhưng, như chúng ta đã biết, một số tế bào thần kinh được bao bọc bằng **bao myelin** – một lớp phủ làm bằng các tế bào mỡ đặc biệt bao bọc chúng quanh sợi trục. Tế bào Schwann cách ly màng tế bào sao cho sự phân cực không thể diễn ra và ion không thể đi qua. Nhưng có những khoảng hở giữa các tế bào Schwann gọi là nút Ranvier, và sự phân cực có thể xảy ra ở những điểm này. Vì thế trong một sợi thần kinh bao myelin, xung phải nhảy từ khoảng cách này trong màng tế bào sang khoảng cách khác. Di chuyển bằng những bước nhảy rộng có nghĩa là phải đi nhanh hơn, vì thế tín hiệu có thể đi khắp cơ thể và đến não nhanh hơn nhiều.

Tất cả nơron nhận cảm và vận động đều được bao myelin giúp chúng ta phản ứng nhanh với kích thích nhạy cảm – giống như rút tay ra khỏi ngọn lửa. Nhưng nơron trong hệ thần kinh tự chủ thì không, đây là lý do giải thích chúng ta cảm thấy cơ thể có phản ứng lâu hơn đối với một kích thích cảnh báo – nhịp tim đập nhanh và v.v... Một số căn bệnh thần kinh như bệnh xơ cứng tạo ra sự giảm lớp bao myelin của nơron vận động dần dần, bệnh nhân ngày càng bất lực trong di chuyển và sau cùng tử vong. Một trong những lĩnh vực nghiên cứu chính về bệnh xơ cứng là tìm cách kích thích tế bào Schwann tái sinh trong những vùng thuộc hệ thần kinh bị thương tổn này.

Nơron không có bao myelin chủ yếu liên quan đến tình trạng chung của cơ thể giống như những nơron do tác động của hệ thần kinh tự chủ tạo ra (xem Chương 13). Đây là những trạng thái cơ thể dài hạn hơn là phản ứng tức thời trước kích thích, vì thế dường như không hệ thống quan trọng nếu xung thần kinh mang tín hiệu phải lâu hơn một hai giây mới đến được não. Nhưng nếu tay bạn gần ngọn lửa thì thêm một hai giây cũng làm tổn thương nặng.

Liên khớp thần kinh

Xung điện, như chúng ta đã biết, truyền dọc một nơron bằng phương tiện điện hóa. Cách mà nơron truyền thông tin của mình đến nơron kế tiếp cũng bằng điện hóa, bao gồm các hóa chất đặc biệt gọi là chất truyền thần kinh. Như chúng ta đã biết trong Chương 11, điều diễn ra là khi xung điện đến đầu nơron thì tạo ra một hóa chất đặc biệt được phóng thích vào **liên khớp thần kinh** giữa nó và nơron kế tiếp. Hóa chất này được tiếp nhận ở vị trí thụ quan nằm trên nơron kế tiếp.

Mỗi nơron kết thúc bằng nhiều nhánh nhỏ hay đọt nhánh – những đọt nhánh này là nơi định vị vị trí thụ quan, có nghĩa mỗi nơron tiếp xúc với rất nhiều nơron khác. Chẳng hạn, trong trường hợp phản xạ đau, bạn không kéo tay ra khỏi tác nhân kích thích. Bạn nhận biết mình đang làm gì – xung thần kinh truyền về phía trên đến não cũng như truyền ngược về cơ. Nhưng vì nơron tiếp nhận thông tin từ nhiều nơron khác nên mỗi nơron phải tiếp nhận một số thông tin hóa học trước khi tạo ra xung điện. Điều này gọi là **nguyên tắc tổng hợp.**

Thông thường liên khớp thần kinh sẽ làm cho nơron kế tiếp có khả năng phóng điện nhiều hơn bằng cách giúp phân cực màng tế bào. Vì lý do này, những liên khớp thần kinh này gọi là **liên khớp thần kinh kích thích**. Mặc dù một số liên khớp thần kinh có vẻ hoạt động theo cách khác. Khi chúng được tiếp nhận, chúng làm tế bào ít có khả năng phóng điện hơn. Những liên khớp thần kinh này gọi là

liên khớp thần kinh ức chế. Sự kết hợp giữa liên khớp thần kinh kích thích và ức chế có nghĩa là não hướng dẫn xung đến các tập hợp nơron cụ thể, tránh không kích thích các nơron khác. Điều này giúp tạo ra **đường truyền thần kinh** – các tuyến đặc biệt dành cho các xung thần kinh liên quan đến chức năng hay hoạt động cụ thể. Chúng ta khảo sát một số đường truyền thần kinh này chẳng hạn như các đường truyền liên quan đến cử động cơ thể trong Chương 10.

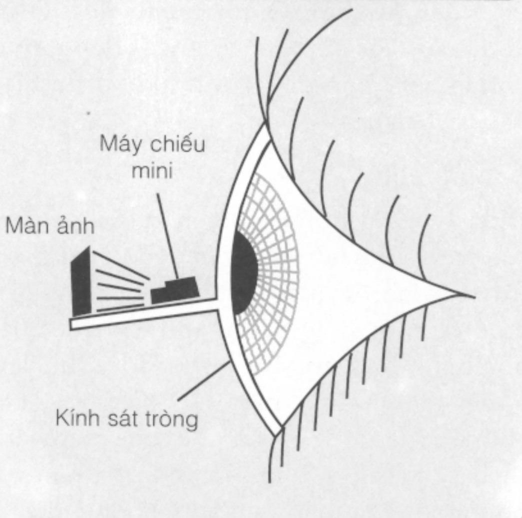
Hoạt động nơron và cảm giác

Kích thích lặp đi lặp lại một tế bào thần kinh bất kỳ tạo ra **biến đổi tập tính**, có nghĩa rằng tế bào hoàn toàn không phóng điện nữa đối với kích thích ấy mặc dù có thể phản ứng với kích thích khác. Theo nghĩa tâm lý học, biến đổi tập tính có nghĩa chúng ta không còn nhận thức thông tin đang tiếp nhận và chỉ nhận biết thông tin trở lại khi thay đổi kích thích. Bạn có thể nhận biết điều này – chẳng hạn trong trường hợp tiếng kêu o o liên tục của tủ lạnh. Chúng ta thường quen với kích thích như thế này đến mức chỉ nhận biết khi tắt tủ lạnh.

Mặc dù chúng ta điều chỉnh để thích nghi với tiếng ồn liên tục nhưng vẫn đang tìm kiếm kích thích thị giác tương tự nếu không có nó không được. Lý do giải thích chúng ta thường trải qua biến đổi tập tính trong hệ thị giác là vì những lần co giật liên tục rất nhỏ do tròng đen tạo ra, gọi là **di chuyển mắt đột ngột**. Bằng việc đảm bảo rằng hình ảnh luôn rơi vào các tế bào võng mạc khác nhau, sự di chuyển mắt đột ngột tạo ra sự kích thích liên tục, vì thế chúng ta có thể nhìn thấy sự vật thậm chí khi chính bản thân chúng không thay đổi.

Tất cả tế bào thần kinh đều biến đổi đối với tác nhân kích thích nếu được kích thích liên tục – thậm chí những kích thích trong hệ thị giác. Năm 1961, Pritchard báo cáo một nghiên cứu trong đó các máy chiếu và màn ảnh thu nhỏ gắn vào kính sát tròng (xem Hình 12.13).

Hình 12.13 Hình ảnh trên võng mạc được ổn định



Điều này có nghĩa người tình nguyện sẽ mang kính tiếp nhận một hình ảnh ổn định hóa nằm trên võng mạc: máy chiếu di chuyển bất cứ khi nào tròng mắt di chuyển sao cho mỗi lần hình ảnh luôn nằm trên cùng một phần võng mạc. Pritchard nhận thấy hình ảnh mà người tham gia nghiên cứu nhìn thấy biến mất chỉ trong vài giây khi tế bào que và tế bào nón quen với tác nhân kích thích .

Chúng ta dường như biến đổi hoàn toàn nhanh chóng với thông tin khứu giác. Có thể bạn từng trải qua kinh nghiệm khi bước vào căn phòng hay một tòa nhà và nhận thấy ngay một mùi là lạ. Thông thường, khi ở trong căn phòng ấy vài phút, bạn không còn ngửi thấy mùi ấy nữa – bạn đã quen với nó. Tương tự, chúng ta thích ứng nhanh chóng với các vị khác nhau, nhưng cũng phục hồi sự thích nghi này hầu như cũng nhanh như thế. Phần lớn thưởng thức khi trong bữa ăn có nhiều món đều có loại thích nghi này, nhiều người trải qua cảm giác không thể nếm được một món ăn nào đó vì họ đã ăn một món hoàn toàn khác: minh họa cổ điển ở đây là tác dụng của kem đánh răng hương bạc hà, làm cho hương vị của nước cam ép hoàn toàn khác hẳn.

Chúng ta hoàn toàn nhanh chóng quen với một số loại thông tin xúc giác nhất là nhiệt độ. Bạn nhận thấy rằng để thích nghi với nhiệt độ trong hồ bơi bình thường, bạn không phải mất nhiều thời giờ – khi xuống hồ bơi, bạn có cảm giác lạnh nhưng trong vòng vài phút bộ phận nhạy cảm ở da thích nghi, và cảm thấy hoàn toàn dễ chịu với nước trong hồ. Tương tự, chúng ta quen với áp lực nhẹ giống như cảm giác khi mặc quần áo, rất nhanh chóng, mặc dù không phải áp lực mạnh đến mức để gây đau đớn. Dựa vào vai trò của các thụ quan đau cảnh báo cho chúng ta biết về những nguy hiểm và trở ngại, có lẽ cũng là điều tốt khi chúng ta không quen với kích thích gây đau rất nhanh.

Phục hồi từ sự biến đổi tập tính có thể tạo ra một số tác dụng thú vị, chúng ta thường có cảm giác hoàn toàn trái với cảm giác vừa trải qua. **Hiệu ứng sau tiêu cực** đặc biệt nổi bật trong hệ thị giác. Chẳng hạn nếu trong vài phút bạn liên tục chăm chú nhìn vào một vùng màu đỏ, sau đó nhìn vào một bề mặt màu trắng, bạn có được dư ảnh màu xanh xanh. Tương tự, theo dõi một di chuyển liên tục theo đường thẳng sẽ tạo ra dư ảnh di chuyển theo hướng ngược lại – một hiệu ứng gọi là **hiệu ứng thác nước** (xem Chương 2).

Sự thích nghi

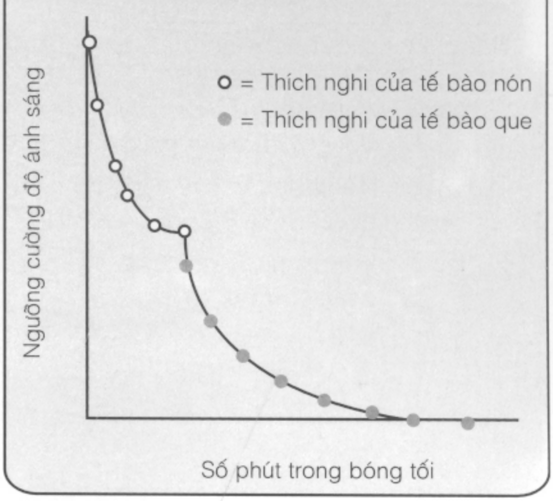
Sự thích nghi và một yếu tố nhận thức nhận cảm khác. Thụ quan cảm giác của chúng ta thường tự điều chỉnh để thích nghi với kích thích nền chúng đang tiếp nhận. Nếu kích thích nền thấp thì tác nhân kích thích nhận cảm có vẻ được phóng đại, hay cao hơn bình thường nhiều. Chẳng hạn, tiếng động dường như hoàn toàn thông thường trong ban ngày chẳng hạn như chuông điện thoại nhưng ban đêm lại lớn cực kỳ khi thông tin nhận cảm nền thấp hơn.

Quá trình thích nghi thậm chí thể hiện rõ hơn khi giác quan thị giác của chúng ta có khả năng thích nghi với mức ánh sáng thấp. Chúng ta đã biết có nhiều loại tế bào thụ quan khác nhau: tế bào nón giúp nhìn màu nhưng không nhạy cảm nhiều đối với ánh sáng lờ mờ, trong khi tế bào que nhạy cảm hơn nhiều nhưng chỉ dò tìm màu trắng và đen. Tế bào nón phản ứng với những thay đổi trong độ sáng rất nhanh nhưng không giúp chúng ta nhìn thấy nhiều trong ánh sáng lờ mờ. Tế bào que phải mất thời gian lâu hơn mới thích ứng được, nhưng khi đã thích ứng, chúng ta còn nhìn thấy rõ hơn là mình tưởng.

Các nhà nghiên cứu khảo sát sự thích nghi với bóng tối sử dụng **ngưỡng nhận thức**, là điểm đánh giá tác nhân kích thích – trong trường hợp này – ánh sáng lóe – có thể được dò tìm 50% thời gian. Thay đổi độ sáng của ánh sáng lóe và đánh giá cá nhân ở trong bóng tối bao lâu, giúp các nhà nghiên cứu phát hiện cách thích nghi với bóng tối của tế bào nón và tế bào que.

Khi đi từ phòng sáng vào phòng tối, hệ thị giác của chúng ta cần có thời gian mới thích nghi hoàn toàn. Lúc đầu, chúng ta không nhìn thấy gì cả vì nói chung mắt chưa thích nghi. Năm phút sau, tế bào nón đã thích nghi, chúng ta

Hình 12.14 Thích nghi với bóng tối



nhìn thấy rõ hơn trước – ngưỡng nhận thức đã giảm sao cho chỉ cần một tác nhân kích thích thấp hơn. Sự thích nghi tạm dừng ở điểm này và cũng dễ cho rằng chúng ta đã đạt mức thích nghi hoàn toàn. Nhưng tế bào que chỉ bắt đầu thích nghi hoàn toàn sau khoảng 11 phút, và đạt đến khả năng nhạy cảm hoàn toàn sau khoảng 40 phút (Hình 12.14). Vì thế nếu ở vùng thôn quê, cách xa đèn đường bạn đừng quá sốt ruột để bật đèn pin – bạn sẽ thật ngạc nhiên khi nhận thấy mình nhìn rõ nhiều thứ nếu cho mắt có thời gian đủ để thích nghi!

Ngưỡng cảm giác

Khi các hệ nhận cảm của chúng ta hoàn toàn thích nghi với điều kiện kích thích thấp, điều đáng ngạc nhiên là chúng vô cùng nhạy cảm. **Ngưỡng tuyệt đối** đối với hệ thống nhận cảm là kích thích tối thiểu mà nó có thể dò tìm trong điều kiện thích nghi hoàn toàn. Các nhà tâm lý học nghiên cứu ngưỡng tuyệt đối của 5 giác quan bên ngoài, Bảng 12.4 mô tả những giác quan này nhạy cảm đặc biệt. Dĩ nhiên trong đời sống thực, hiếm khi chúng ta tạo cơ hội phát triển đầy đủ mọi khả năng của hệ thần kinh: đèn đường, tiếng ồn xe cộ, ô nhiễm không khí, v.v... tất cả kết hợp ngăn chúng ta không trải qua khả năng thích nghi đầy đủ của các hệ thống nhận cảm.

Bảng 12.4 Ngưỡng cảm giác tuyệt đối

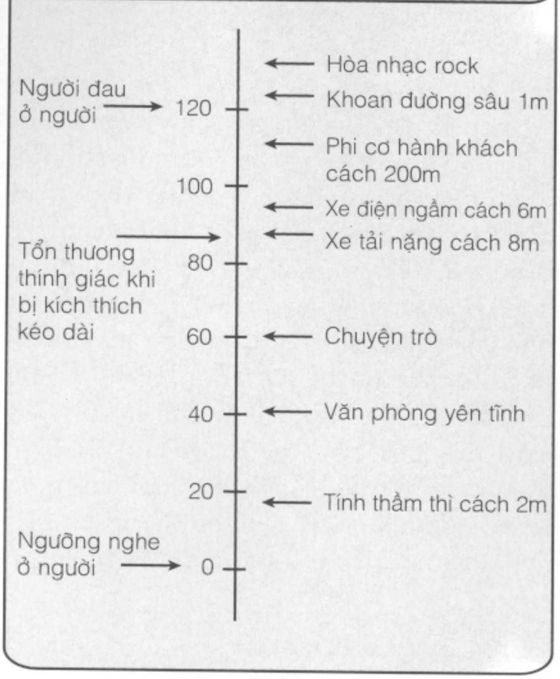
Thị giác:	Ánh sáng nến cách xa 30 dặm trong đêm trời ít mây.
Thính giác:	Tiếng tíc tắc của đồng hồ đeo tay cách xa 6,5 m.
Vị giác:	Một muỗng cà phê đường trong 2 lít nước.
Khứu giác:	Một giọt dầu thơm trong thể tích căn nhà ba phòng
Xúc giác:	Cánh con ruồi rớt trên má cách một phân

Ngưỡng tuyệt đối không chỉ là loại ngưỡng duy nhất mà các nhà tâm lý học đánh giá – thực ra, chúng khá hiếm, do những khó khăn khi cắt giảm tác nhân kích thích bên ngoài. Thường gặp hơn, các nhà tâm lý học đánh giá **ngưỡng chênh lệch** – điểm dò tìm sự thay đổi của kích thích. Chúng ta đã biết ngưỡng hai điểm của tính nhạy cảm xúc giác – điểm ở đó không thể cho biết liệu có hai điểm tiếp xúc với da hay chỉ có một. Đây là một loại ngưỡng chênh lệch. Nhưng những ngưỡng thường gặp hơn là những ngưỡng liên quan đến sự thay đổi về cường độ – chẳng hạn như điểm nơi có thể dò tìm ánh sáng này sáng hơn hay một âm thanh kia to hơn.

Thay đổi nhỏ nhất về cường độ chúng ta có thể dò tìm còn gọi là **j.n.d.**, viết tắt của 'just noticeable difference' (chênh lệch ở mức nhận biết), là số thay đổi năng lượng vật lý cần thiết cho một người để phát hiện sự chênh lệch giữa hai kích thích 50% thời gian. Lượng này không phải lúc nào cũng giống nhau: thay đổi theo mức độ đang diễn tiến. Nếu đang ở trong điều kiện ánh sáng rất mờ, bạn sẽ dò tìm sự gia tăng năng lượng ánh sáng ở mức không đáng kể. Nhưng nếu trong ánh sáng sáng, bạn không dò tìm được sự gia tăng nhỏ như thế. Bạn cần có sự gia tăng năng lượng ánh sáng nhiều hơn nữa, vì thế j.n.d. sẽ lớn hơn theo tỉ lệ.

Tỉ lệ được diễn đạt bằng con số gọi là **hằng số Weber.** Có hằng số Weber dành cho tiếng ồn, âm sắc, độ sáng, áp lực trên da, phát hiện các dung dịch muối, v.v... hằng số không phải lúc nào cũng như nhau nhưng chúng giống nhau trong một thang độ bất kỳ. Chẳng hạn: để dò tìm sự gia tăng trọng lượng của một vật gì đó chúng ta chỉ cần cân khoảng 1/50 trọng lượng vật thể đó. Nói cách khác, chúng ta không thể phát hiện sự chênh lệch giữa 100g và 101g nhưng có thể dò tìm sự chênh lệch giữa 100g và 102g. **Thang độ decibel** dùng để đo âm thanh, xấp xỉ với j.n.d.s ở

Hình 12.15 Thang độ decibel



Nguồn: Radin, 1997

con người (Hình 12.15). Hằng số Weber để đo âm thanh khoảng 1/10 nghĩa là năng lượng âm thanh phải tăng 1/10 trước khi chúng ta nhận thấy chúng to hơn. Vì thế sự chênh lệch giữa 95 và 96 db lớn hơn sự chênh lệch giữa 33 và 34 db rất nhiều .

Ảo tưởng và ảo giác

Sự xáo trộn trong tiếp nhận thông tin nhận cảm thường ở hình thức ảo tưởng hay ảo giác. Thường có một số nhầm lẫn giữa hai loại. Như chúng ta đã biết trong Chương 2, **ảo tưởng** phát sinh khi hiểu sai một tác nhân kích thích vì thế kích thích được nhận biết hoàn toàn khác hẳn. Nếu bạn nhìn thấy một bóng người ở xa, nhưng khi đến gần bạn mới biết đó là cây, bạn đang có ảo tưởng. Nhưng nếu trong một cánh đồng mở rộng, không có gì gần mình mà bạn cho rằng bạn nhìn thấy một cây ở gần, nghĩa là **ảo giác.** Ảo giác là kinh nghiệm nhận cảm xảy ra khi không có kích thích ban đầu trực tiếp, được tạo ra "từ sự thất vọng" nghĩa là do hệ thần kinh.

Ảo tưởng thị giác và thính giác không phải là không phổ biến – chúng ta thường nghĩ rằng mình đã nghe một âm thanh đặc biệt nhưng khi kiểm tra hóa ra là một điều khác. Nhưng ảo giác thị giác và thính giác thường được xem là dấu hiệu của rối loạn tâm thần. Nếu có người nhìn thấy và phản ứng với hình ảnh hay âm thanh thị giác không có thực thì ít nhất trong các xã hội định hướng công nghệ hiện đại, họ thường được xem là người cần được điều trị tâm thần. Cảm giác ảo giác chẳng hạn như nghe tiếng nói được xem là dấu hiệu của rối loạn tâm thần, bệnh tâm thần phân liệt (xem Chương 8).

Tạo ra ảo giác

Có nhiều cách tạo ra ảo giác. Năm 1950, Penfield và Rasmussen tiến hành một loạt nghiên cứu kích thích các vùng khác nhau của não bằng dòng điện trực tiếp, sử dụng điện cực nhỏ trong khi bệnh nhân còn tỉnh (không có các đầu thần kinh nhận cảm trong não vì thế bệnh nhân không cảm thấy đau). Khi một vùng vỏ não cụ thể được kích thích, bệnh nhân kể lại mình thấy nhiều quả bóng chập chờn phía trên bầu trời vô định. Đây là ảo giác do kích thích vỏ não trực tiếp tạo ra.

Đôi khi ảo giác được tạo ra bằng thuốc như LSD, mescaline và ở hình thức nhẹ hơn psilocybin. Thuốc tạo ảo giác tạo ra tính nhạy cảm cao trong kích thích thị giác như màu sắc và âm thanh sáng hơn và rõ hơn. Nhiều cảm giác do thuốc tạo ra được mô tả là "ảo giác" thực ra chỉ là ảo tưởng do tính nhạy cảm cực độ này mang đến. Ảo tưởng như thế bắt đầu bằng kích thích bên ngoài mặc dù có thể rất thuyết phục và tác động mạnh, như thể chúng đến từ "cõi hư vô". Tuy nhiên trong rất ít trường hợp ảo giác phát triển đầy đủ có vẻ diễn ra hoàn toàn, người ta nghĩ rằng ảo giác này do sự kích thích hóa học của thuốc tác động lên vỏ não.

Ảo tưởng và những trường hợp hiếm ảo giác cũng do cảm giác khác tạo ra như mệt mỏi hay căng thẳng quá mức. Oswald (1970) tiến hành nhiều thí nghiệm tước đoạt giấc ngủ, nhận thấy một trong các hậu quả của việc mất ngủ kéo dài là ảo tưởng hay ảo giác sẽ xuất hiện, thường có nhận thức chuyển động sai lầm: mẫu giấy dán tường chẳng hạn xoáy vòng hay một đồ gỗ gia dụng có vẻ thay đổi vị trí khi người ta không nhìn đến nó. Những người có giấc ngủ cực kỳ hạn chế cũng có cảm giác tương tự, đây cũng là một trong nhiều lý do giải thích tại sao lái xe trong những tình trạng như thế cực kỳ nguy hiểm.

Cảm giác kèm (cảm giác kết hợp)

Chúng ta biết nhiều hơn về ảo tưởng thị giác và ảo giác thị giác hơn chúng ta biết về các ảo tưởng và ảo giác khác nhưng những hiện tượng này cũng có thể xảy ra ở các giác quan khác. Hầu hết chúng ta đều bị ảo tưởng xúc giác hay ảo tưởng thính giác, âm thanh hay cảm giác trở thành một thứ khác – có nhiều trò chơi trên cơ sở cảm giác này. Hiện tượng gọi là **cảm giác kèm** bao gồm sự nhầm lẫn các trạng thái cảm giác khác nhau chẳng hạn như một người xem âm thanh như vị giác hay màu sắc như âm thanh. Trong một trường hợp, một người bị mù khi 11 tuổi cảm nhận xúc giác và âm thanh giống như màu sắc: ông ta cảm nhận như một đứa trẻ, đối với ông, màu sắc vẫn là một phần cảm nhận thông thường cho dù không còn nhìn thấy chúng được nữa (Wheeler và Cutsforth, 1925).

Vernon (1962) cho rằng cảm giác kèm có thể là trạng thái bình thường đối với trẻ, chỉ dần dần học cách phân biệt giữa những trạng thái cảm giác khác nhau rồi tạo thành kinh nghiệm. Các nhà nghiên cứu khác cho rằng cảm giác kèm là do sự nhầm lẫn thần kinh trong đồi thị, có thể là do tác động của chất truyền thần kinh trong đường truyền thần kinh trong khắp vùng não ấy. Mặc dù về bản chất, những kết luận như thế hầu như mang tính phỏng đoán trên cơ sở hiểu biết hiện tại của chúng ta về các chức năng hoạt động khác nhau thuộc các bộ phận khác nhau của não.

Nghiên cứu ảo tưởng và ảo giác là một nghiên cứu thú vị, ở đây chúng ta chỉ mới điểm qua một số nét. Nó cũng liên quan đến lĩnh vực khác chúng ta khảo sát trong chương này, là nghiên cứu cận tâm lý học. Cả ảo tưởng lẫn ảo giác được đề xuất như lời giải thích hiện tượng cận tâm lý học. Nhưng nhiều nhà tâm lý học nghĩ rằng chúng không phải là giải thích hoàn toàn đối với cảm giác cận tâm lý học, thực ra có thể là trường hợp nơi chúng ta có vẻ tiếp nhận hay chuyển thông tin bên ngoài các kênh cảm giác thông thường.

CẬN TÂM LÝ HỌC

Trong suốt lịch sử thành văn, con người mô tả cảm giác xuất hiện không thể sử dụng các kênh cảm giác thông thường. Họ có vẻ sử dụng điều được mô tả phóng túng như khả năng "tâm linh" – nhận biết cảm xúc hay suy nghĩ từ xa, tác động đến đối tượng nhưng thực ra không tiếp xúc với họ, trị bệnh cho con người, dự đoán tương lai, v.v... Nghiên cứu **cận tâm lý học** bao gồm việc khảo sát những khía cạnh cảm giác này ở con người có vẻ vượt quá các loại cảm giác thông thường, theo quy ước xã hội.

PSI LÀ GÌ?

Morris (1986) mô tả cận tâm lý học như sự nghiên cứu những phương tiện giao tiếp "mới" giữa cơ thể sống và môi trường. Thuật ngữ **psi** được sử dụng phổ biến để ám chỉ tất cả hay bất kỳ những loại tác động này được mô tả trong Bảng 12.5. Có hai tập hợp giả thuyết hiện hành trong cận tâm lý học hiện đại. **Giả thuyết nguỵ psi** phát biểu rằng hầu hết, nếu không nói là tất cả chứng cứ psi đều giả mạo, do sự hiểu sai hay dối trá. **Giả**

Bảng 12.5 Các loại psi

Nhận thức ngoài cảm giác	
Thần giao cách cảm	Thông tin nhận biết bởi một người ("người gởi") được người khác tiếp nhận ("người nhận") không sử dụng các kênh nhận cảm được thừa nhận thông thường.
Khả năng thấu suốt	Cá nhân thu thập thông tin về môi trường hay sự vật trong môi trường không sử dụng các kênh nhận cảm được thừa nhận thông thường.
Nhận thức trước	Cá nhân có được hiểu biết về một sự kiện tương lai khi hiểu biết ấy không thể suy luận từ thông tin hiện có
Tâm lý động học (PK)	
Tâm lý động học vi mô	Cá nhân có thể sử dụng tác động tâm lý động học ở các mức độ hiển vi hay vi điện tử. Phương tiện hay phân tích thống kê hay cả hai cần đến để dò tìm những gì đang diễn ra.
Tâm lý động học vĩ mô	Cá nhân tạo ra tác dụng tâm lý động học có thể dò tìm bằng mắt thường.
Tương tác tâm thần trực tiếp với các hệ thống sống (DMILS)	Cá nhân có khả năng tác động đến một mục tiêu sống – con người, động vật hay thực vật.

thuyết psi phát biểu rằng trong một số điều kiện con người có vẻ tiếp cận với các phương tiện giao tiếp mới thực sự (Morris, 1991). Các nhà tâm lý học cận psi sử dụng cả hai giả thuyết này.

Vấn đề ở chỗ nhiều nếu không nói hầu hết kinh nghiệm mà người ta nghĩ là "tâm linh" thực ra có những giải thích đời thường hơn. Chúng ta đã biết trong Chương 2 và 3, mong đợi tỏ ra quan trọng đối với các quá trình nhận thức: chúng ta sẵn sàng nhận thức điều mình mong đợi sẽ xảy ra, trí nhớ đối với những gì diễn ra thực sự là sự ghi âm thực tế. Hệ thống nhận thức được định hướng "lấp đầy" khoảng trống, nghĩa là chúng ta dễ bị lừa không để ý vấn đề. Như chúng ta đã biết trong Chương 5, hầu hết mọi người đều có suy nghĩ không thực tế về xác suất và sự trùng hợp. Chúng ta sẽ chứng kiến trong phần sau của sách này, miêu tả và quy kết xã hội có nghĩa rằng thực tế khách quan trong việc quyết định điều chúng ta nghĩ kém quan trọng hơn sự nhất trí xã hội. Nhất trí xã hội nói chung bị quyến rũ bởi những sự vật "huyền bí" và sẵn sàng tin tưởng chúng tuyệt đối.

Các nhà tâm lý học biết rõ những cơ chế này, và cách mà các thành viên cộng đồng thường bị họ đánh lừa trong việc nghĩ đến sự vật có vẻ không thể giải thích được so với thực chất. Do đó, các nhà tâm lý học thường có khuynh hướng hoài nghi về cảm giác được người ta khẳng định là siêu nghiệm. Blackmore (1996) mô tả phần lớn những cảm giác này được giải thích dễ hơn nhiều bằng việc áp dụng cơ chế tâm lý học thông thường và nhiều nhà tâm lý học khác tán thành ý kiến này.

Tuy nhiên, hầu hết các nhà tâm lý học vẫn có suy nghĩ cởi mở khi cho rằng con người hay động vật thực ra có khả năng giao tiếp mà chúng ta chưa hiểu hết. Tính phức tạp về cảm giác ở con người vẫn chưa được hiểu hoàn toàn, sẽ là điều ngạo mạn khi cho rằng chúng ta đã biết tất cả những điều cần biết. Mặc dù hiểu biết cơ chế tâm lý học có thể giải thích nhiều cảm giác cận tâm lý học nhưng hầu hết các nhà tâm lý học vẫn bảo lưu cách đánh giá vấn đề liệu họ có khả năng giải thích mọi thứ hay không.

Trường phái hoài nghi

Tuy nhiên một số thì không. Ngoài những người nghiên cứu hiện tượng cận tâm lý học vì họ nghĩ có vấn đề gì đó thực sự cần được giải thích, nhưng cũng có những người khăng khăng cho rằng hoàn toàn không có chuyện đó, và kết quả nghiên cứu tích cực là kết quả gian lận cố ý hay kiểm soát nghiên cứu không phù hợp. Kurtz (1985) mô tả thái độ hoài nghi về hiện tượng cận tâm lý học trở thành một trường phái tư tưởng trong cận tâm lý học. Các nhà cận tâm lý học hoài nghi (tôi sử dụng cách viết của người Mỹ 'sceptical' để mô tả trường phái tư tưởng này, vì chính họ gọi mình như thế) dành phần lớn nghiên cứu của mình để không thừa nhận các mô tả và lý thuyết cận tâm lý học. Do đó, phương pháp luận cận tâm lý học đã vấp phải sự chỉ trích của họ, cuối chương này chúng ta khảo sát một số minh họa.

Tuy nhiên, việc phơi bày hành động gian lận cũng là một phần cần thiết trong nghiên cứu cận tâm lý học. Nhiều "nhà tâm linh" nổi tiếng đã chứng tỏ gian lận khi người khác tiến hành nghiên cứu tỉ mỉ và có hệ thống trong phòng thí nghiệm hành động của họ. Nhưng những "nhà tâm linh" bề ngoài có vẻ thành công kiếm rất nhiều tiền, vì thế họ rất do dự để cho người khác nghiên cứu. Một số mẹo họ dùng để lừa người khác được mô tả trong Khung 12.2, các mẹo khác được trình bày rải rác trong chương này. Nhiều công trình nghiên cứu cận tâm lý học nhất là ở Anh, chủ yếu tiến hành ở đại học Edinburgh, nhằm để nghiên cứu những trường hợp này.

NGHIÊN CỨU CẬN TÂM LÝ HỌC BAN ĐẦU

Nghiên cứu hiện tượng cận tâm lý học loại này hay loại khác diễn ra trong suốt thế kỷ 19 và tiếp tục đến thế kỷ 20. Hầu hết nghiên cứu này do cá nhân tiến hành hay thông qua các tổ chức như Tổ chức nghiên cứu tâm linh (SPR). Beloff (1993) mô tả một số nghiên cứu mẫu mà các nhà nghiên cứu SPR tiến hành, một số hóa ra mang tính gian lận, nhưng một số dường như tạo ra hiện tượng có thật hay ít nhất không thể lý giải được.

Một nghiên cứu đặc biệt thuyết phục là nghiên cứu 'Margery' Crandon, một người lên đồng có khả năng gọi hồn và làm ma quỷ hiện hình. Trường hợp thu hút sự chú ý của các nhà tâm lý tên tuổi E. G. Boring và William McDougall, cũng như thu hút sự chú ý của Joseph và Louisa Rhine: một đôi vợ chồng tích cực tham gia việc lột trần hành động gian lận của đồng cốt. Vào cuối năm ấy, McDougall được mời làm trưởng khoa tâm lý học thuộc đại học Duke, North Carolina, vợ chồng Rhines cũng tham gia.

J. B. Rhine xúc tiến phát triển một chương trình nghiên cứu tích cực ở đại học Duke. Ông có ba nguyên tắc nghiên cứu: thứ nhất nghiên cứu tiến hành ở người bình thường chứ không phải ở những người có vẻ có khả năng "tâm linh" (Rhine vô cùng thất vọng khi phát hiện sự gian lận của 'Margery', ông hay nghi ngờ đồng cốt và hiện tượng tâm linh tự phát), thứ hai thực hiện những quá trình đơn giản dễ kiểm tra và có thể biểu hiện kết quả đáng tin hơn, và thứ ba phải có đánh giá chính xác kết quả kiểm tra, vì thế chú ý đến vấn đề xác suất và may rủi.

Bộ bài Zener

Chương trình cá nhân của Rhine tiếp tục trong suốt thập niên 1930. Ông nhờ Karl Zener, một nhà tâm lý học làm việc trong nhóm của McDougall, chuyên về nhận

Khung 12.2 Nhận dạng sự gian lận trong cận tâm lý học

Đánh giá liệu nhận thức ngoài cảm giác (ESP) hay tâm lý động học (PK) trong thực tế đang diễn ra có khảo sát nhiều yếu tố khác nhau hay không. Điều quan trọng là nghiên cứu này phải chính xác vì "các nhà tâm linh" gian lận thường làm cho công chúng tin rằng họ có "khả năng thực sự" kiếm được rất nhiều tiền. Vì thế họ dành phần lớn nỗ lực và sự khéo léo để tạo ra các kết quả tâm linh gian lận. Ảo thuật gia người Mỹ James Randi đã dành nhiều nỗ lực để lột trần những nhà tâm linh gian lận và cách họ lường gạt các nhà nghiên cứu cận tâm lý học ngây thơ khác (Randi, 1982). Các nhà nghiên cứu cận tâm lý học ở đại học Edinburgh và đại học Hertfordshire rất tích cực trong việc lột trần các nhà tâm linh gian lận.

Một số nguồn gian lận này được mô tả trong sách giáo khoa. Nhưng có nhiều cách các nhà tâm linh gian lận đánh lừa công chúng. Chẳng hạn có người có vẻ thu thập thông tin hay sử dụng tác động vượt vật cản, trong khi thực ra đây là vấn đề liên quan đến kỹ thuật đặc biệt do họ sử dụng. Chẳng hạn một nhà ảo thuật được rèn luyện cách ngửi mùi có thể phát hiện những đặc điểm tế nhị ở mùi của người khác, đi kèm với sự mệt mỏi lo âu hay các trạng thái cảm xúc khác mà họ sử dụng làm tài liệu cho sự "thần giao cách cảm" biểu hiện rõ của mình. Hay một kẻ đồng lõa đưa ra tín hiệu không thể phát hiện sử dụng máy tạo xung điện nhỏ được ngụy trang báo cho "nhà tâm linh" biết thông tin quan trọng.

Các ảo thuật gia sân khấu rất khéo léo trong việc "nhìn trộm" khó phát hiện, giúp họ thu thập thông tin cần thiết ngay cả khi có vẻ họ không thể nhìn thấy điều gì cả. Họ cũng sử dụng sự khéo che của bàn tay, phản chiếu, vải bịt mắt nhưng có thể nhìn xuyên qua và thậm chí loại cồn không mùi làm cho một phong thư trong suốt nhất thời để nhìn thấy được ảnh chụp bên trong sau đó để cồn bốc hơi, phong thư trở lại tình trạng như cũ.

Dĩ nhiên đôi lúc rào cản không phải là tất cả – sự kết hợp giữa các kết quả tâm linh và mục tiêu từ việc ứng dụng tế nhị **dự đoán tự thực hiện** và khả năng phạm tội của con người. Vì đa số công chúng hoàn toàn tin rằng hiện tượng tâm linh là có thật, họ thường sẵn sàng chứng kiến sự việc chịu tác động của tâm linh trong khi không có nhu cầu làm như thế. Khuynh hướng của chúng ta là phải nhận biết những mẫu tử vi "chính xác" và phớt lờ những mẫu không liên quan là một minh họa điển hình của vấn đề này – không phải là ngẫu nhiên khi các mẫu tử vi thường có dự đoán chung chung chứ không dự đoán cụ thể. Các nhà tâm lý học gọi đây là **hiệu ứng Barnum,** theo tên của một chủ gánh xiếc P.T. Barnum, với khẩu hiệu "mỗi phút có một kẻ ngốc ra đời".

Morris (1991) phân tích người quan sát có thể bị đánh lừa như thế nào. Phương pháp đánh lừa thường gặp nhất bao gồm:

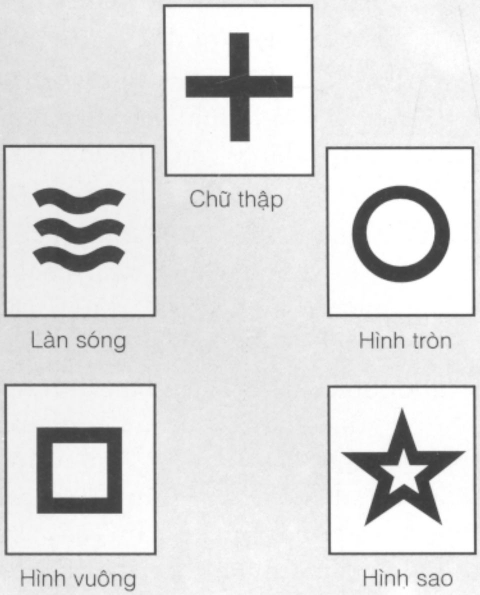
1. Người quan sát được cung cấp thông tin không chính xác, chẳng hạn như qua việc sử dụng các gương, thiết bị dội tiếng, v.v...
2. Người quan sát có thể nhận thức sai thông tin chẳng hạn bằng các phương tiện ngụy trang, sử dụng loại chỉ đen, người giúp việc "vô hình", quá tải nhận cảm hay sử dụng qui luật nhận thức thật khéo.

3. Chú ý của người quan sát bị đánh lạc hướng sao cho họ quan sát sự kiện không liên quan trong thời điểm quyết định.
4. Người quan sát hiểu sai thông tin thông qua giải thích sai lạc, thay đổi đạo cụ hay thêm thời gian một cách phi lý hay nhầm lẫn chuỗi sự kiện tự nhiên.
5. Người quan sát nhớ không rõ thông tin vừa nhận thức bằng việc sử dụng đạo cụ chẳng hạn như ảnh chụp "giả mạo" hay bằng việc áp dụng khéo léo nguyên tắc nhớ ở người.

Morris (1986) nêu rõ mỗi chiến lược này bao gồm mức độ xử lý thông tin hơi khác nhau, điều này có nghĩa mỗi mức độ có thể sử dụng để giải quyết tình huống mà không thể bằng các mức độ khác giải quyết thích hợp được. Kết hợp với nhau, chúng hợp thành một "hộp đồ nghề" đáng kể mà nhà ảo thuật sân khấu khéo léo hay một nhà tâm linh gian lận khéo léo có thể sử dụng.

thức, thiết kế một bộ bài để tạo ra trí tưởng tượng rõ ràng, có thể nhớ được và sử dụng trong các thí nghiệm ESP. Kết quả là một bộ bài gồm 25 lá, ngày nay gọi là bộ bài Zener, mỗi lá có một trong số 5 biểu tượng: chữ thập, hình tròn, hình vuông, hình sao và làn sóng (Hình 12.16). Xào bài, sau đó yêu cầu người tham gia nghiên cứu dự đoán lá bài kế tiếp là lá bài nào. Cơ sở thống kê cho thấy người nghiên cứu dự đoán "đúng" 20% hoàn toàn do may rủi. Nhưng Rhine và Zener thực hiện 800 cuộc thử nghiệm sơ bộ trong niên học 1930 –31 và có tỉ lệ đúng gần 26%, với 207 lời đoán đúng so với tỉ lệ may rủi 160.

Hình 12.16 Ký hiệu Zener



Rhine tiếp tục nghiên cứu hiện tượng này, phát triển một loạt quá trình kiểm tra chính xác được mọi người chấp nhận đối với loại nghiên cứu này. Quan tâm chính của ông vào thời điểm này là khả năng phân biệt giữa thần giao cách cảm và khả năng thấu suốt, vì kết quả ban đầu có thể do hai yếu tố này tạo ra. Một cách ông kiểm tra trong các trắc nghiệm khả năng thấu suốt là sử dụng kỹ thuật 'Down-Through', trong đó người tham gia phải nói to chuỗi của tất cả 25 biểu tượng trước khi người khác lật bài – để tránh bất kỳ tác động thần giao cách cảm. Thần giao cách cảm mang tính phức tạp hơn vì khó làm theo cách khách quan nhưng một tiếp cận là phải cung cấp cho "người gởi" một loạt các số cho họ biết mỗi lần phải nghĩ đến biểu tượng nào.

Psi tiêu cực và hiệu ứng "cừu – dê"

Suy nghĩ của Rhine cho rằng con người chắc chắn ai cũng có khả năng cận tâm lý khi chương trình nghiên cứu đang tiếp diễn vì kết quả cho thấy một số người "ghi điểm cao" đặc biệt. Những người này thường ghi điểm, với số lần đoán đúng là

7 đến 9 trong bộ bài 25 lá trái với số điểm đoán may rủi là 5. Rhine nghiên cứu nhiều biến số kể cả tác động của thuốc – chẳng hạn sodium amytal, một loại thuốc trầm cảm thường làm giảm khả năng ghi điểm, trong khi chất caffeine, một chất kích thích, làm tăng khả năng ghi điểm.

Một bộ phận riêng biệt trong chương trình nghiên cứu của Rhine liên quan đến trắc nghiệm PK. Rhine và những cuộc nghiên cứu của ông trong việc ném xúc xắc liên quan đến việc phát triển máy ném xúc xắc tự động, đoán trước kỹ năng ném và nhiều dự phòng khác. Nghiên cứu này không tạo ra những chứng cứ ấn tượng như trong nghiên cứu ESP. Thực ra, một trong những chứng cứ kiên định nhất là một số người dường như ghi điểm thấp hơn may rủi theo hệ thống – đến điểm mang ý nghĩa quan trọng trong số liệu thống kê. Mặc dù nghiên cứu tiến hành trong thập niên 1930 nhưng vợ chồng Rhines đến năm 1943 mới công bố chứng cứ này, năm 1945, Schmiedler cho rằng những gì thực sự diễn ra là một loại kết quả **psi tiêu cực**, một số người thực sự đã làm cho kết quả sai lệch khỏi sự mong muốn.

Năm 1943, Schmeidler báo cáo rằng những người hoàn toàn tin tưởng vào psi rất có khả năng đưa ra những chứng cứ tích cực trong trắc nghiệm ESP hơn những người tỏ vẻ hoài nghi thẳng thừng. Thật ra, sự khác biệt lớn đến mức những người hoài nghi – bà gọi họ là "dê" – có vẻ ghi điểm ở các mức may rủi thấp trong khi người tin tưởng – gọi là "cừu" – ghi điểm cao hơn mức may rủi.

Đương nhiên, những kết quả này làm cho các nhà cận tâm lý học thảo luận rất nhiều, nhiều nghiên cứu khác ủng hộ chứng cứ chung trong sự khác nhau về kết quả giữa "cừu" và "dê", mặc dù không vững chắc như chứng cứ ban đầu của Schmiedler. Lawrence (1993) tiến hành **phân tích đối chứng** 73 nghiên cứu hiệu ứng này, do 37 người thí nghiệm khác nhau thực hiện. Kết quả cho thấy có sự khác nhau đáng kể mang tính nhất quán cao giữa người tin và những người không tin qua việc kết quả họ thực hiện các trắc nghiệm psi.

Vấn đề tính đáng tin

Mặc dù Rhine công bố báo cáo chứng cứ ESP của mình vào năm 1937, và báo cáo này ngay lập tức thu hút sự chú ý của rất nhiều người. Báo cáo cũng kích thích nhiều chương trình nghiên cứu khác ở nhiều đại học Mỹ, dẫn đến việc ra đời *Tạp chí cận tâm lý học* làm phương tiện báo cáo nghiên cứu học thuật có hệ thống trong lĩnh vực này. Tuy nhiên khi nghiên cứu tiếp diễn, người ta nhận thấy chứng cứ ban đầu không thể được tái tạo nhất quán, ở đại học Duke hay ở nơi khác. Giới phê bình lập luận rằng chứng cứ ở đại học Duke là do gian lận hơn là nghiên cứu nghiêm túc, và quá trình trắc nghiệm áp dụng trong phòng thí nghiệm đều sai lầm nghiêm trọng (Hansel, 1985) mặc dù các nhà nghiên cứu khác không thừa nhận khẳng định này.

Vấn đề tính đáng tin có vẻ là đặc điểm thường xuyên trong nghiên cứu cận tâm lý học. Giai đoạn ban đầu gồm kết quả tích cực, nhiều thuyết phục giảm dần thành giai đoạn có kết quả khó hiểu, và thường có giai đoạn thứ ba, sau cùng mọi người đều thất vọng khi phát hiện một, hai người tham gia có kết quả cao đều gian lận. Beloff (1993) đề cập vấn đề tính đáng tin này đã xuất hiện trong hầu hết mọi loại hiện tượng cận tâm lý học, từ sự chứng minh ban đầu của thuật thôi miên và khả năng thấu suốt, cho đến hoạt động của các đồng cốt cho đến sự chứng minh ESP qua bộ bài Zener.

Đối với một số, vấn đề tính đáng tin là chứng cứ cho thấy toàn bộ công việc nghiên cứu cận tâm lý học đều là gian lận. Lập luận của họ là chứng minh ban đầu do những người nghiên cứu hoài nghi kiểm tra không chặt chẽ, vì họ quan tâm đến những tiếp cận và kỹ thuật mới. Khi phương tiện kiểm soát trở nên chính xác hơn, thì những người quan tâm ngày càng ít có khả năng chấp nhận sự lừa gạt hơn và sự chứng minh của họ thất thường hơn và không đáng tin hơn. Dingwall (1965) lập luận rằng 60 năm trong nghiên cứu tâm linh làm ông tin rằng hầu hết mọi người liên quan đều không tìm kiếm sự thật mà chỉ tìm cách khẳng định chương trình hành động của riêng mình, và điều này dẫn đến khuynh hướng hoặc là gian lận cố ý hoặc là phương pháp luận cẩu thả. Chẳng hạn, trong trường hợp thí nghiệm của vợ chồng Rhine, Dingwall cho rằng một số lá bài Zener sử dụng trong các nghiên cứu ban đầu được làm bằng vật liệu mỏng đến mức có thể đọc được ngay cả khi lá bài nằm úp.

Nhiều ý kiến khác được đưa ra để giải thích vấn đề tính đáng tin. Một trong những ý kiến này cho rằng bầu không khí tiến hành nghiên cứu mới quan trọng. Chính Rhine cũng nghĩ bầu không khí chỉ trích do những người hoài nghi tạo ra đã làm rối loạn khả năng tâm linh của ông, điều đó giải thích tại sao qua thời gian kết quả của ông lại bị giảm sút. Những nhà nghiên cứu ở đại học Duke phát hiện rằng tiếp cận tâm thần tốt nhất trong nghiên cứu psi là một trong những “thử thách không nghiêm túc”, nhiệm vụ được xử lý mang tính tiêu khiển, hay pha trò. Thí nghiệm ESP của vợ chồng Rhine được lặp đi lặp lại trong nhiều đại học Mỹ, với sự thành công khác nhau nhưng luôn thấp hơn kết quả của đại học Duke. Thí nghiệm cũng được lặp lại ở Anh với kết quả bằng không tuyệt đối. Tuy nhiên, một kết quả cố gắng suy đoán khả năng có thể các nhà tâm lý học nghiên cứu ở Anh trong thập niên 1930 cố tạo ra bầu không khí “thử thách không nghiêm túc” trong phòng thí nghiệm của mình!

Cũng có vấn đề rất nhiều áp lực đè nặng lên cá nhân có vẻ có khả năng tâm linh trong phòng thí nghiệm. Nhu cầu phải tái tạo thành tựu của mình tạo ra sự nhàm chán và làm giảm hứng thú, không phải là vô lý khi cho rằng điều này cũng ảnh hưởng đến khả năng. Chúng ta đã chứng kiến trí nhớ và nhận thức – là những khả năng thiết thực bị các yếu tố cá nhân khác như đói bụng, cảm xúc và mệt mỏi ảnh hưởng ra sao, và không có lý do nào nghĩ rằng khả năng cận tâm lý học mạnh hơn. Có thể những cá nhân ấy, khi đối mặt với khả năng bị thu nhỏ từ những yếu tố này nhưng hiểu được tầm quan trọng của hành động chứng minh nên phải nhờ đến sự gian lận trong những năm sau này trong nỗ lực tái tạo hành động trước đây không gian lận của mình.

ĐÁNH GIÁ NGHIÊN CỨU CẬN TÂM LÝ HỌC

Cận tâm lý học như một môn học cảm giác bị nhiều sự chỉ trích về phương pháp luận hơn các lĩnh vực tâm lý học khác. Nhưng điều này không phải là do các nhà cận tâm lý học tiến hành nghiên cứu cẩu thả. Trái lại, nghiên cứu cận tâm lý học hiện đại được tiến hành nghiêm túc sẽ khiến cho công trình của nhiều nhà nghiên cứu tâm lý học khác cảm thấy hổ thẹn. Nhưng các nhà cận tâm lý học, theo định nghĩa, nghiên cứu hiện tượng không thừa nhận giả định theo chủ nghĩa duy vật quy ước về hoạt động thế giới. Do đó, có những tiêu chuẩn khác nhau áp dụng vào cận tâm lý học hơn là những hình thức nghiên cứu tâm lý học khác.

Một số nhà tâm lý học cho rằng **tiêu chuẩn kép** được biện minh là đúng trên cơ sở cho rằng cận tâm lý học trình bày sự thách thức đối với thế giới quan chung của chúng ta đến mức họ cần tạo ra chứng cứ hoàn toàn không thể bàn cãi. Nhưng cũng có vấn đề việc tạo ra những gì được gọi là **sai sót Loại II** bằng việc không thừa nhận hiện tượng quan trọng khi nó thực sự diễn ra. Radin (1997) lập luận rằng tiêu chuẩn kép cực đoan áp dụng trong cận tâm lý học dẫn đến sự sàng lọc hay trấn áp chứng cứ rất thực, cũng như làm cho các nhà cận tâm lý học cực kỳ khó khăn không có được ngân quĩ nghiên cứu.

Kiểm soát thí nghiệm

Một nguồn trong những tiêu chuẩn khác nhau này là sự thích hợp của các kiểm soát thí nghiệm. Tất cả nghiên cứu tâm lý học bao gồm thí nghiệm trong phòng thí nghiệm cần phải được kiểm soát cẩn thận – chúng ta sẽ thấy, các nhà cận tâm lý học có lẽ kỹ lưỡng hơn bất kỳ người khác để đảm bảo sự kiểm soát này. Vấn đề chính phải làm là tránh **rò rỉ nhận cảm.** Nơi một sai sót trong nghiên cứu để cho thông tin đến người tham gia thông qua các kênh nhận cảm bình thường khi điều đó lẽ ra là không thể. Chẳng hạn, ý kiến chỉ trích của Dingwall đối với thí nghiệm bộ bài Zener ban đầu là chất liệu bộ bài mỏng đến mức người tham gia có thể nhìn thấy ký hiệu cho dù đã lật úp lá bài xuống. Nếu giác quan thông thường cung cấp thông tin được cho là không thể tiếp cận bằng những phương tiện của những giác quan ấy thì kết quả nghiên cứu không có giá trị.

Vì lý do này, như chúng ta sẽ thấy, các nhà cận tâm lý học hiện đại rất tỉ mỉ trong sự chú ý đến kiểm soát thí nghiệm. Thực ra, họ còn cẩn thận nhiều hơn nữa so với nhiều nhà tâm lý học quy ước. Nếu khảo sát chi tiết hơn trong nghiên cứu tâm lý học thông thường, chúng ta nhận thấy không phải lúc nào cũng nhận dạng và loại trừ mọi biến số đơn giản. Chẳng hạn một nhà tâm lý học nhận thức thực nghiệm sẽ đánh giá biến số có khả năng hỏng trong một thí nghiệm rất cẩn thận, và nhằm mục đích loại trừ những biến số có khả năng ảnh hưởng đến kết quả. Nhưng với nhiều khả năng có thể khó hiểu hơn, nhà tâm lý học chắc chắn đánh giá rằng khả năng có thể hỏng xa vời đến mức nên bỏ qua.

Mặt khác các nhà cận tâm lý học phải kiểm soát tác động bất kỳ có thể ảnh hưởng đến kết quả cho dù không chắc tác động này diễn ra. Chúng cũng phải được nghiên cứu tỉ mỉ, chính xác. Nhưng một nhà cận tâm lý học phát hiện tác động có cùng biên độ cần phản ứng đối với những người hoài nghi vốn đang tích cực tìm cách làm giảm giá trị phát biểu của mình. Khuyết điểm nhỏ nhất trong phương pháp luận sẽ dẫn đến kết luận rằng nghiên cứu là một chứng cứ không giá trị. Vì thế vấn đề **chính xác thí nghiệm** là yếu tố quyết định trong cận tâm lý học.

Sự tái tạo

Khía cạnh thứ hai của tiêu chuẩn kép liên quan đến **sự tái tạo** chứng cứ thí nghiệm. Sự tái tạo là một tiêu chuẩn quan trọng trong nghiên cứu khoa học – nếu một chứng cứ không được tái tạo sẽ được xem là không giá trị. Nhưng tái tạo không phải là vấn đề tuyệt đối. Ngay cả các nhà vật lý và hóa học nhận thấy rằng đôi lúc thí nghiệm của họ cũng không tái tạo được. Nhưng nếu lúc nào thí nghiệm cũng được tái tạo thì được xem rằng đó là chứng cứ thích hợp. Tương tự, chứng cứ tâm lý học không phải lúc nào cũng được tái tạo – có lúc khi các nhà nghiên cứu tiến hành tái tạo không thực hiện đúng quá trình hay có một số điều chỉnh có nghĩa là kết quả không diễn ra đúng theo dự đoán. Nhưng miễn là hầu hết các nhà nghiên cứu khác đều có thể tái tạo chứng cứ và miễn là các nhà nghiên cứu ấy làm việc trong các phòng thí nghiệm khác nhau và không phải tất cả các bộ phận của cùng nhóm nghiên cứu thì kết quả được xem là giá trị. Kết quả tái tạo được mới được công nhận, nhưng một, hai thất bại trong việc tái tạo không phải là vấn đề – với điều kiện đa phần các tái tạo đều nhất quán.

Trong cận tâm lý học tình hình cũng thế – ngoại trừ khi các chứng cứ cận tâm lý học được phổ biến cho phần thế giới còn lại. Những người hoài nghi lập luận phản đối nghiên cứu cận tâm lý học thường vịn vào một hai thất bại, như chứng cứ cho rằng toàn bộ chứng cứ nghiên cứu đều không giá trị – thậm chí khi có những chứng cứ tích cực với cùng kết quả được thực hiện trong nhiều phòng thí nghiệm trong khắp thế giới. Blackmore (1996) mô tả bà trở thành người hoài nghi ra sao do các chứng cứ thí nghiệm chỉ đúng trong rất ít trường hợp – khoảng 6 thí nghiệm là đúng trong số 20 – và không thể tái tạo theo cách đáng tin.

Radin (1997) không thừa nhận lập luận này trên cơ sở cho rằng khả năng cận tâm lý học, theo định nghĩa đều nằm ở mức cực đoan trong khả năng con người. Một cầu thủ bóng chày thành công không đạt đến hoạt động đỉnh cao theo cách tái tạo, và những cổ động viên của đội sẽ rất vui mừng nếu cầu thủ ấy ghi được điểm 'home run' 6 lần trong số 20 lần cố gắng. Radin lập luận đều không thực tế khi mong đợi mức độ nhất quán ấy khi giải quyết khả năng đặc biệt. Và dĩ nhiên nếu khả năng cận tâm lý học vững chắc đến mức chúng luôn được chứng minh bằng thí nghiệm trong mọi tình huống bất kỳ thì chúng không phải là vấn đề tranh luận.

Vấn đề khác là nhiều chứng cứ cận tâm lý học tỏ ra không vững chắc. Một số người hoài nghi cho rằng kết quả có thể nhất quán nhưng quá mong manh đến mức không thể xem là có giá trị. Tuy nhiên tiêu chuẩn tương tự không được áp dụng vào dữ liệu y học. Utts (1991) so sánh chứng cứ psi với chứng cứ cho thấy thuốc aspirin có thể là phương thuốc hữu dụng trong việc phòng chống bệnh nhồi máu cơ tim. Trong trường hợp sau này, công dụng có biểu hiện không đều trong nghiên cứu có hơn 22.000 người tham gia. Một nghiên cứu nhỏ hơn chỉ có vài ngàn cá nhân tham gia lẽ ra chỉ thể hiện một kết quả cực kỳ mong manh – thực ra chính những nghiên cứu nhỏ hơn có kết quá mong manh mới ngụ ý rằng nghiên cứu qui mô rộng là đáng thực hiện hơn. Nhưng nghiên cứu rộng hơn chứng tỏ cũng có kết quả và cũng thích hợp khi chọn hành động y tế – thuốc aspirin ngày nay được đề nghị chữa trị bệnh nhồi máu cơ tim.

Một số nghiên cứu cận tâm lý học, nhất là **nghiên cứu ganzfeld** mà chúng ta sẽ khảo sát sau này, cho thấy kết quả mạnh hơn kết quả aspirin gấp 4 lần. Nhưng vì cách nghiên cứu cận tâm lý học, nên các nhà hoài nghi cho rằng chúng vẫn quá mong manh đến mức không thể xem là chứng cứ thích hợp. Tiêu chuẩn áp dụng cho một ngành nghiên cứu khoa học khác hẳn với tiêu chuẩn áp dụng cho ngành nghiên cứu khoa học khác.

Phân tích đối chứng

Một giải pháp cho vấn đề này là sử dụng kỹ thuật **phân tích đối chứng.** Đây là phương pháp nghiên cứu bao gồm việc khảo sát chứng cứ của tất cả các nghiên cứu đã biết trước đây trong lĩnh vực – hay càng nhiều nghiên cứu càng tốt – và tìm xem khi kết hợp chúng thành một tổng thể sẽ có kết quả ra sao. Trong phân tích đối chứng, các nhà nghiên cứu xét điểm số có được từ các nghiên cứu khác nhau cũng như xét đến độ lệch tiêu chuẩn của những điểm số ấy. Utts (1991) cho rằng phân tích đối chứng giúp các nhà nghiên cứu cách kết hợp dữ liệu sử dụng kỹ thuật thống kê cụ thể và tìm hiểu mẫu dữ liệu qua các nghiên cứu khác nhau. Điều này giúp các nhà nghiên cứu nhận dạng chứng cứ nhất quán, ít thấy hơn trong các nghiên cứu riêng lẻ nhỏ, và để đánh giá một kết quả đã cho có thể đáng tin đến mức nào.

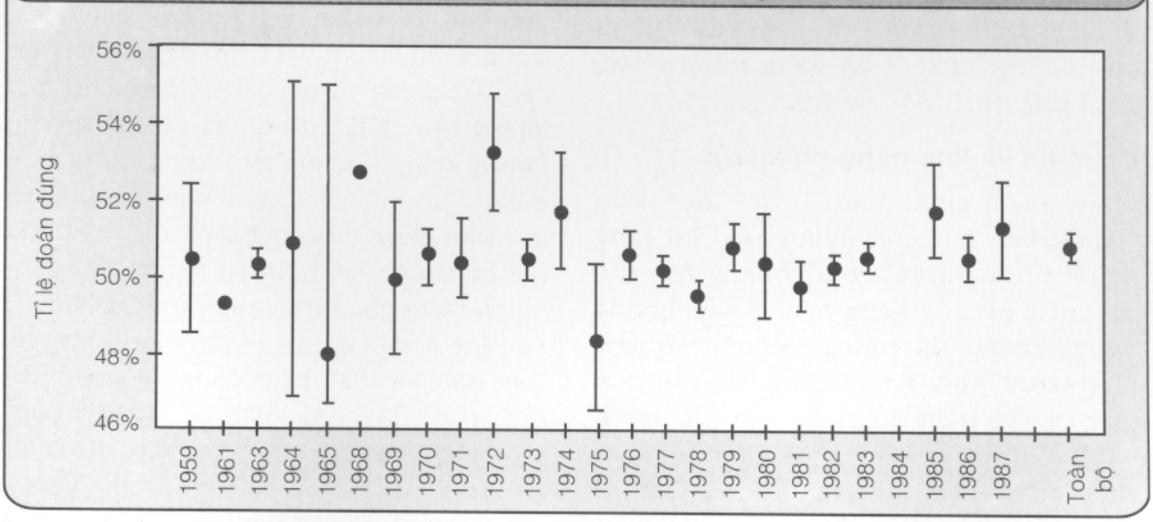
Phân tích đối chứng được sử dụng trong nhiều lĩnh vực tâm lý học là một trong những công cụ nghiên cứu thuyết phục nhất đối với chúng ta ngày nay. Radin (1997) chứng minh rằng trong nhiều lĩnh vực khác nhau trong nghiên cứu cận tâm lý học, phân tích đối chứng cho thấy luôn có kết quả nhất quán. Vì chúng rút dữ liệu từ số lượng người tham gia nghiên cứu lớn hơn nhiều, nên tính đáng tin nói chung của kết quả dễ ước đoán hơn nhiều. Hình 12.17 cho thấy kết quả phân tích đối chứng trắc nghiệm tâm lý động học vi mô, trong đó người tham gia cố tác động đến một máy tạo số ngẫu nhiên (Nelson và Radin, 1987). Các điểm trong biểu đồ biểu thị kết quả trung bình đối với các nghiên cứu tiến hành trong năm ấy. Những đường chạy qua các điểm biểu thị độ lệch tiêu chuẩn trong chứng cứ của từng năm. Trong khi kết quả của một nghiên cứu khác bất kỳ không có ấn tượng đặc biệt thì kết quả nhỏ nhưng luôn đúng qua phân tích đối chứng đã cung cấp một bức tranh hoàn toàn khác hẳn.

Vấn đề ngăn hồ sơ

Một vấn đề khác đối với các nhà cận tâm lý học, mà các nhà nghiên cứu tâm lý học khác không gặp (mặc dù lẽ ra nên gặp được) gọi là **vấn đề ngăn hồ sơ.** Đây là lập luận cho rằng chỉ những chứng cứ đúng gởi đến tạp chí mới được xuất bản. Tái tạo sai không được xuất bản nhưng sẽ được lưu hồ sơ trong ngăn kéo, không ai biết về chúng ngoại trừ những người tiến hành nghiên cứu về chúng. Những người hoài nghi cho rằng tác động này sẽ làm méo mó chứng cứ nghiên cứu cận tâm lý học một cách nghiêm trọng, làm cho chúng có vẻ thuyết phục hơn là thực chất.

Tuy nhiên cũng đáng nghi vấn vấn đề ngăn hồ sơ thực ra quan trọng đến mức nào. Đây là vấn đề lan tỏa khắp các nghiên cứu của họ không chỉ có ngành cận tâm lý học, tuy nhiên trong những lĩnh vực khác, vấn đề được chấp nhận là chắc chắn phải có nhưng phần lớn được bỏ qua. Trong trường hợp cận tâm lý học, đối với vấn đề ngăn hồ sơ cũng có thể tác động theo chiều ngược lại. Vì sự lo ngại chế giễu hay có vẻ "không có căn cứ", một số nhà tâm lý học không công bố kết quả psi đúng ngay cả khi họ có được chúng. Bản thân tôi ít nhất cũng biết một trường hợp có nhà tâm lý học hàn lâm, làm việc trong một trường đại học rất có uy tín, tiến hành một loạt các nghiên cứu psi do tính hiếu kỳ, có được kết quả rất quan trọng, nhờ đồng nghiệp tư vấn để xuất bản, đồng nghiệp khuyên không

Hình 12.17 Phân tích đối chứng tâm lý động học vi mô



Ước đoán điểm đúng hàng năm và 95% khoảng thời gian tự tin đối với các nghiên cứu RNG trong tương tác vấn đề suy nghĩ. Trong một số trường hợp, khoảng thời gian tự tin nhỏ đến mức bị các điểm dự đoán điểm làm lu mờ (nguồn: Radin, 1997).

nên. Ông nghe lời, kết quả nghiên cứu được chuyển vào ngăn hồ sơ.

Dĩ nhiên đây chỉ là giai thoại, rất có thể hầu hết các nghiên cứu "ngăn hồ sơ", theo lập luận của giới hoài nghi, đều không thể tái tạo được. Nhưng sử dụng phân tích đối chứng cũng giúp các nhà cận tâm lý học giải quyết lập luận này, bằng cách tính đến cần phải có bao nhiêu nghiên cứu thất bại mới loại bỏ vào ngăn hồ sơ xóa kết quả ấy. Trong trường hợp phân tích đối chứng tâm lý động học vi mô của Nelson và Radin mô tả trước đây, có lẽ khoảng 54.000 nghiên cứu thất bại hủy kết quả 832 nghiên cứu được phân tích. Vấn đề ngăn hồ sơ ở biên độ này có phần nào không tệ lắm.

Yếu tố khác ủng hộ các nhà cận tâm lý học trong vấn đề này là cách – không như các nhà tâm lý học khác – các nhà cận tâm lý học có chính sách tích cực tìm kiếm nghiên cứu không tái tạo bất cứ khi nào có thể. Năm 1975, Hội đồng tổ chức cận tâm lý học thông qua một chính sách nhằm mục đích phản đối tính chọn lọc liên quan trong khi báo cáo kết quả đúng. Từ đó về sau, chứng cứ sai được báo cáo thường xuyên, được ấn hành lẫn trong các hội nghị, do đó kết quả chứng cứ sai trong cận tâm lý học được công bố rộng rãi hơn các ngành tâm lý học khác – và cũng thường bao gồm phân tích đối chứng.

Niềm tin và khả năng phạm tội

Phân biệt giữa "cừu" và "dê" của Schmiedler bao gồm nhận xét cho rằng người tin tưởng rất có khả năng báo cáo cảm giác psi của riêng mình nhiều hơn là người không tin tưởng. Schmiedler cho rằng người không tin không báo cáo cảm giác psi vì trong tiềm thức họ cố tránh hay kiềm chế nó, nhưng người khác lại chọn quan điểm rằng người tin tưởng có khả năng phạm tội nhiều hơn – sẵn sàng đến mức không thể chấp nhận chứng minh tâm linh giả dối ở ngoài mặt.

Besterman, năm 1932, nghiên cứu điều này bằng cách yêu cầu người tham gia một buổi gọi hồn giả vờ sau đó đặt cho họ nhiều câu hỏi về điều gì đã xảy ra. Besterman nhận thấy có nhiều sự khác nhau giữa người tin tưởng và không tin. Người tin thường đánh giá quá thấp số người có mặt, họ không báo cáo những xáo trộn chính diễn ra khi họ cho rằng không liên quan với chủ đề chính của buổi gọi hồn, và họ không nhớ tất cả những điều kiện trong buổi gọi hồn ấy.

Trong nghiên cứu khác, Jones và Russell (1980) tổ chức trình diễn ESP giả dối trước mặt những người tham gia gồm người tin lẫn người không tin. Trong một điều kiện, cuộc trình diễn có vẻ thành công trong khi điều kiện khác chứng tỏ có kết quả thất bại. Họ nhận thấy người tin thường bóp méo trí nhớ của mình về sự trình diễn bất thành, nhớ trình diễn ấy như ESP trình diễn thành công. Trái lại, người không tin nhớ lại cả hai điều kiện thí nghiệm rất chính xác.

Năm 1995, Wiseman và Morris tiến hành nghiên cứu để tìm hiểu liệu người tin và không tin có khác nhau trong việc nhớ lại các cuộc trình diễn ngụy tâm linh hay không. Người tham gia theo dõi một nhà ảo thuật sân khấu thực hiện nhiều thao tác tâm linh. Một là nhiệm vụ ESP biểu kiến, trong đó nhà ảo thuật nhận dạng chính xác các lá bài lấy từ bộ bài ESP, dường như không cần nhìn. Thứ hai là một nhiệm vụ tâm lý động học giả tạo, trong đó nhà ảo thuật nhìn thấy rõ là uốn cong, sau đó bẻ gãy một chiếc nĩa bằng cách vuốt tay. Sau khi họ chứng kiến những hành động này, người tham gia được cung cấp lời nhận xét về nhiệm vụ, và được yêu cầu đánh giá xem họ cảm thấy hoạt động ấy đúng đến mức nào. Câu hỏi hoặc là "quan trọng" chẳng hạn "nhà tâm linh có xử lý nĩa trước khi trình diễn hay không" hay "không quan trọng" chẳng hạn như "khi nghiên cứu kết thúc nhà tâm linh có làm cho chiếc nĩa trở lại bình thường" hay không.

Wiseman và Morris nhận thấy người tin đánh giá cuộc trình diễn mang tính "siêu nghiệm" nhiều hơn là người không tin. Tuy nhiên, người không tin nhớ lại nhiều thông tin "quan trọng" hơn mặc dù không có sự khác nhau nào trong việc nhớ lại thông tin "không quan trọng". Một khi đã thu thập thông tin được nhớ lại, sau đó cho người tham gia biết rằng trình diễn không phải về khả năng tâm linh mà chỉ là ảo thuật. Sau đó yêu cầu người tham gia nhớ lại thông tin về cuộc trình diễn ấy lần nữa. Lần này, không có khác biệt nào giữa người tin và không tin. Vì thế có vẻ như thể tin tưởng tuyệt đối vào hiện tượng tâm linh đã ảnh hưởng làm cho con người phải định hình trí nhớ những sự kiện này – một điều gì đó ai cũng biết và được các nhà tâm linh gian lận sử dụng có tính toán.

NGHIÊN CỨU ESP

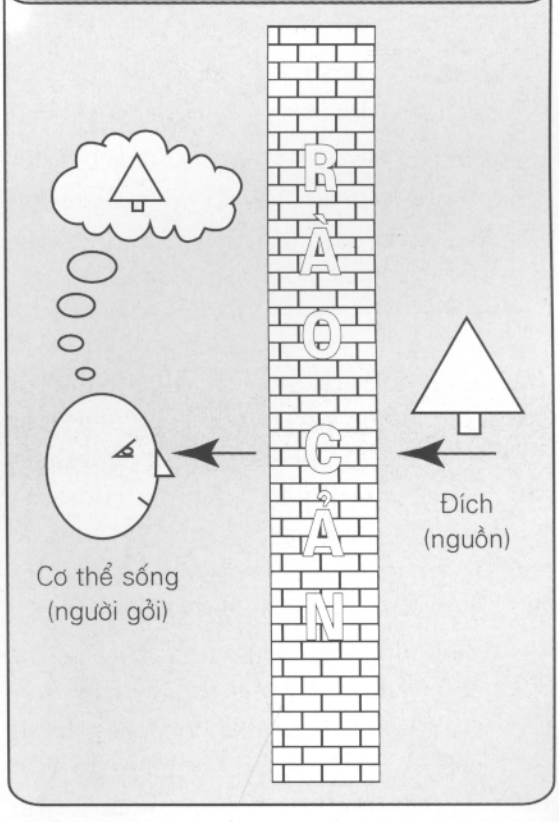
Nghiên cứu cận tâm lý học hiện đại khác hẳn với nghiên cứu ban đầu của Rhine. Các nhà cận tâm lý học phải giải quyết thách thức phương pháp luận mà chúng ta vừa khảo sát, do đó họ phải sử dụng nhiều cách đánh giá chính xác và kiểm soát bằng máy tính. Họ cũng tiến hành nghiên cứu một dải rộng các vấn đề: Bảng 12.6 liệt kê một số luận văn trong một hội thảo nghiên cứu cận tâm lý học gần đây. Trong phần này, chúng ta khảo sát một số lĩnh vực nghiên cứu cụ thể do các nhà cận tâm lý học khảo sát.

Chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát nghiên cứu **nhận thức ngoài cảm giác** hay **ESP.** Nghiên cứu ESP khảo sát các trường hợp nơi cá nhân có vẻ tiếp nhận thông tin từ một số loại đích trong môi trường, vượt qua rào ngăn cản thông tin ấy được truyền theo cách thông thường (xem Hình 12.18). Nghiên cứu ESP hiện đại phần lớn gồm ba lĩnh vực: thần giao cách cảm, khả năng thấu suốt và nhận thức trước. Chúng ta sẽ khảo sát từng lĩnh vực này.

Thần giao cách cảm bao gồm việc gởi thông tin từ suy nghĩ của người này ("người gởi") đến suy nghĩ của người khác ("người nhận"). Như chúng ta đã biết, nghiên cứu ban đầu về lĩnh vực này sử dụng bộ bài Zener làm tài liệu để gởi thông tin, có lẽ kết quả, bộ bài Zener trở thành tượng trưng cho nghiên cứu thần giao cách cảm, đối với hầu hết mọi người. Tuy nhiên, ngày nay không ai sử dụng chúng. Có nhiều ý kiến phê bình nghiên cứu bộ bài Zener, nghiên cứu cận tâm lý học hiện đại gồm các kỹ thuật khác hẳn nhau.

Một trong những nguồn bất mãn chính trong nghiên cứu Zener là bao gồm phương pháp chọn bắt buộc. Nói cách khác người tham gia không được tự do chọn điều cần báo cáo – câu trả lời của họ bị hạn chế trong 5 ký hiệu. Khi thời gian trôi qua, nhiều nhà cận tâm lý học bắt đầu cảm thấy điều này có phần giả tạo, chắc

Hình 12.18 Mô hình ESP đơn giản



Bảng 12.6 Phạm vi nghiên cứu cận tâm lý học hiện đại

Mẫu luận văn trình bày trong Hội nghị thường niên tổ chức Cận tâm lý học 1997

Yếu tố liên quan đến cảm giác độ sâu khi hấp hối: kiểm tra giả thuyết "làm đẹp qua thời gian"
Cảm giác xuất thần
Cảm xúc và trực giác: biến số làm sáng tỏ góp phần vào Hiệu ứng linh cảm
Tập trung chú ý được tạo điều kiện thông qua sự tương tác tâm linh từ xa: tái tạo và tìm hiểu các thông số
Tìm hiểu các mối liên kết: tính sáng tạo và psi trong Ganzfeld
Nghiên cứu psi và giữa các nền văn hóa
Tìm hiểu sự lệch hướng: trợ lý vô hình của ngụy tâm linh
Khảo sát số lượng về "ngôi nhà ma ám" gây tranh cãi về pháp lý
Psi-Ping: khảo sát dự định tâm linh và tính phản ứng qua mạng thông qua trang web
Phương pháp không thành kiến lấy mẫu thử nghiệm qua thử nghiệm các nguồn ngẫu nhiên theo thuyết quyết định đối với thí nghiệm ESP.
Ganzfeld ở ngã tư đường: phân tích đối chứng một thế hệ nghiên cứu mới
Khác biệt cá nhân trong các bài đọc tâm linh khiếm thị
Niềm tin tuyệt đối vào các bài đọc siêu nghiệm và dự các buổi giảng tâm linh
Cảm giác liệt ngủ
Mối quan hệ giữa cảm giác mơ ngủ/ mơ màng thời thơ ấu, thiên hướng suy nghĩ kỳ quặc, cảm giác và niềm tin bất thường thời thơ ấu, khảo sát WWW khám phá
Vận may nhận biết trước và sổ xố kiến thiết quốc gia ở Anh
Trở lại quan hệ nhân quả, nhận thức trước và nghịch lý can thiệp
Con người có nhận biết các điện từ trường yếu: mối quan hệ có thể với psi hay không?
Thí nghiệm Một trong Chương trình nhìn từ xa SAIC: sự tái đánh giá có phê phán
Chứng nhân trong hiện tượng "phòng gọi hồn"
Quan hệ hôn nhân "gãy đổ" và quả quyết cảm giác cận tâm lý học
Những tương quan của cái nhìn thoáng qua: vai trò cảm giác psi, sự tách rời, sự hấp thu và cảm giác giống như cảm giác kèm.

chắn không giống với các biểu hiện psi trong đời sống hàng ngày – giống như cách sử dụng âm tiết vô nghĩa để nghiên cứu trí nhớ của Ebbinghaus mà chúng ta xét đến trong Chương 3. Vì thế, họ tìm các phương pháp nghiên cứu không áp đặt quá nhiều hạn chế đối với người tham gia.

Có nhiều nghiên cứu ngụ ý rằng psi có vẻ đi kèm với trạng thái thanh thản, suy gẫm tự nhiên. Schechter (1984) tiến hành phân tích đối chứng 25 thí nghiệm về thôi miên và psi, nhận thấy có sự hàm ý hợp lý rằng trạng thái thôi miên tạo điều kiện thuận lợi để thể hiện psi. Cũng có một loạt các nghiên cứu được tiến hành ở Trung tâm y tế Maimonides, New York, cho rằng nội dung giấc mơ có thể chịu ảnh hưởng bởi hình ảnh do một "người gởi" ở phòng kế bên truyền sang (Ullman, Knipper và Vaughan, 1973). Mặc dù nghiên cứu giấc mơ ở Maimonides bị chỉ trích, nhưng các nhà nghiên cứu khác không tái tạo được chúng (Child, 1985), cũng dù cho rằng có thể quá trình thí nghiệm khuyến khích người tham gia thanh thản và giảm kích thích nhận cảm xem ra là một ý tưởng hay.

Kỹ thuật ganzfeld

Giải pháp mà các nhà nghiên cứu chấp nhận là sử dụng kỹ thuật ganzfeld. Đây là phương pháp làm giảm kích thích nhận cảm có từ lâu đời. Chúng ta đã đề cập trong Chương 2, vì được các nhà tâm lý học Cấu trúc sử dụng để nghiên cứu nhận thức trên cơ sở hình ảnh. Hình thành một ganzfeld có nghĩa là cắt giảm nhiều nguồn thông tin nhận cảm bên ngoài càng nhiều càng tốt, sao cho cá nhân thanh thản và không bị rối trí. Bảng 12.7 liệt kê các đặc điểm của một cảm giác ganzfeld hiện đại do Bem và Honorton (1994) mô tả.

Trong một nghiên cứu ganzfeld thông thường, người tham gia nghiên cứu – "người nhận" – được bố trí trong ganzfeld, trong khi người gởi trong một phòng khác, cách âm, được cho xem một ảnh chụp, tài liệu in hay một đoạn băng video được chọn ngẫu nhiên. Người gởi tập trung vào đích, còn người nhận cứ liên tục báo cáo ấn tượng và hình ảnh nhận cảm mà họ đang tiếp nhận bằng lời. Công việc này diễn rằng ra trong nửa giờ. Sau thời gian ấy, người nhận bước ra khỏi ganzfeld, và được cho xem một số (thường là 4) kích thích khác nhau cùng loại như kích thích mà người gởi đang tìm. Người nhận cho điểm mỗi kích thích tùy theo nó phù hợp với trí tưởng tượng họ có trong ganzfeld nhiều hay ít. Nếu hình ảnh đích nhận được điểm số cao nhất, thì được xem là "đúng", vì thế nếu chỉ là may rủi thì tỉ lệ đúng sẽ là 25%.

Bảng 12.7 Hình thành ganzfeld

Phòng được cách âm.

Người tham gia nghiên cứu ngồi trên ghế thoải mái, có tay dựa.

Đặt lên mỗi mắt một nửa quả banh bóng bàn trong suốt.

Tai đeo phone.

Luồng ánh sáng màu đỏ chiếu thẳng vào mắt tạo ra một thị trường không phân biệt được.

Trong khi tiếng động nghe qua phone tạo ra một trường thính giác không phân biệt được.

Bài tập thư giãn được tiến hành để giảm thiểu "tiếng ồn" trên cơ thể từ sự tự cảm.

Nguồn: Bem và Honorton, 1994

Kết quả thu được khi sử dụng kỹ thuật ganzfeld là đối với hầu hết đều đúng. Nhưng năm 1994, Hyman, một người hoài nghi cận tâm lý học báo cáo một phân tích đối chứng của 42 nghiên cứu ganzfeld, tiến hành từ năm 1974 đến 1981. Ông kết luận rằng có nhiều khuyết điểm thống kê và phương pháp luận trong cách tiến hành nghiên cứu. Honorton (1994), một nhà cận tâm lý học phản ứng với sự chỉ trích bằng cách tiến hành một phân tích đối chứng song song, lập luận rằng cho dù có những khuyết điểm này đi nữa, nhưng không đủ để giải thích kết quả psi đáng tin thể hiện trong nghiên cứu ganzfeld.

Kết quả của tranh luận này, và đối với công trạng của cả hai (điều này hiếm đối với các viện sĩ có ý kiến đối lập cùng hợp tác trong một lĩnh vực bất kỳ), Hyman và Honorton đưa ra một tuyên bố chung vào năm 1986. Tuyên bố này nhận dạng các loại khiếm khuyết trong nghiên cứu ganzfeld trước đây và đề nghị những quá trình chặt chẽ hơn đối với những người thí nghiệm sau này, một số được liệt kê trong Bảng 12.8.

Nghiên cứu ganzfeld tự động

Năm 1994, Bem và Honorton báo cáo một loạt gồm 11 nghiên cứu ganzfeld mới theo hướng dẫn do Hyman và Honorton nêu rất tỉ mỉ. Thiết kế cơ bản của họ giống nhau nhưng họ sử dụng các đoạn băng video làm tài liệu, giao thức thí nghiệm do máy tính kiểm soát. Do đó chúng được

Bảng 12.8 Quá trình đề nghị trong nghiên cứu ganzfeld

Đánh giá an toàn tuyệt đối tránh rò rỉ nhận cảm.

Kiểm tra và chứng minh bằng tài liệu phương pháp ngẫu nhiên hóa trong việc chọn đích.

Kiểm tra và chứng minh bằng tài liệu phương pháp ngẫu nhiên hóa trong việc lập chuỗi đánh giá.

Chỉnh sửa thống kê trong nhiều phân tích.

Cụ thể hóa cấp cao tình trạng thí nghiệm (như có phải là thí nghiệm mẫu hay không).

Chứng minh bằng tài liệu quá trình thí nghiệm bằng báo cáo công bố.

Chứng minh bằng tài liệu kiểm tra thống kê được áp dụng kể cả việc hoạch định trước hay chọn lọc sau đó trong báo cáo công bố.

Nguồn: Hyman và Honorton, 1986

gọi là **nghiên cứu ganzfeld tự động**. Những nghiên cứu mới này tạo ra kết quả rất thành công.

Có lẽ chắc chắn, nghiên cứu cũng bị Hyman (1994) chỉ trích phần lớn trên cơ sở cho rằng "biện minh không đầy đủ về tính thích hợp của quá trình ngẫu nhiên hóa", nhưng đây không phải là một chỉ trích quá kịch liệt, và Bem (1994) không thừa nhận như thế.

Wiseman, Smith và Kornbrot (1996) cũng tỏ vẻ chỉ trích, họ cho rằng có một số rò rỉ âm thanh giữa hai phòng của người gởi và người nhận. Nhưng chỉ trích này có vẻ mang tính suy đoán hơn là có chứng cứ, dường như không chắc lắm. Sự nhất trí chung cho rằng nghiên cứu ganzfeld tự động do Bem và Honorton tiến hành cung cấp chứng cứ thuyết phục đối với kết quả psi.

Tuy nhiên kết quả ấy chứng tỏ không vững. Năm 1997, Milton và Wiseman công bố một phân tích đối chứng khác, là nghiên cứu ganzfeld này được tiến hành sau khi phát hành hướng dẫn của Hyman và Honorton, bao gồm 31 nghiên cứu ganzfeld mới của 10 nhà nghiên cứu khác nhau. Khi kết hợp lại, kết quả tích lũy gần bằng không. Milton và Wiseman bàn đến nhiều yếu tố giải thích tại sao nghiên cứu của Bem và Honorton thành công trong khi các nghiên cứu khác lại thất bại.

Bảng 12.9 Biến số dẫn đến Psi

Người tham gia báo cáo có cảm giác psi ở cá nhân.

Người tham gia có trắc nghiệm psi trước đây.

Người tham gia đạt điểm cao trong thang điểm Nhận thức – cảm giác Myers-Briggs.

Người tham gia đã học các môn tâm thần.

Người tham gia tin tưởng tuyệt đối vào psi.

Người tham gia hướng ngoại hơn là hướng nội.

Người tham gia thể hiện mức sáng tạo cao.

Người thí nghiệm sử dụng các nguồn động hơn là tĩnh.

Người thí nghiệm tạo ra "môi trường hòa đồng thân thiện".

Người thí nghiệm sử dụng người gởi.

Nguồn: Honorton, 1992

Họ nhận thấy rằng khác nhau chính là trong cách tiến hành nghiên cứu. Bem và Honorton đặc biệt chú ý đến các quá trình dẫn đến psi, là những cách tiến hành nghiên cứu bảo đảm rằng cá nhân cảm thấy dễ chịu và rất có thể có khả năng vận dụng khả năng psi mà họ đang có. Honorton (1992) nhận dạng 10 yếu tố ảnh hưởng đến quá trình và cách chọn người tham gia (Bảng 12.9). Bem và Honorton cẩn thận kết hợp những yếu tố này trong nghiên cứu của mình càng nhiều càng tốt nhưng các nghiên cứu ganzfeld khác của Milton và Wiseman thì không. Milton và Wiseman kết luận rằng đối với các nhà nghiên cứu, điều cần thiết là phải giải quyết, nghiên cứu những yếu tố này nhiều hơn nữa – chỉ sử dụng nghiên cứu ganzfeld nhưng không chú ý đến các quá trình dẫn đến psi vẫn chưa đủ tạo ra kết quả psi đáng tin cậy.

Tuy nhiên đến đây chưa phải là hết chuyện vì trong cùng buổi họp Milton và Wiseman đều nêu ra chứng cứ của mình, các nhà nghiên cứu báo cáo 4 nghiên cứu ganzfeld mới tạo ra một kết quả quan trọng trong phân tích đối chứng Milton và Wiseman nếu họ được tính đến. Những nghiên cứu này đặc biệt chú ý đến quá trình nghiên cứu, cũng như sự chọn lọc người tham gia – sử dụng cá nhân có nhiều tính sáng tạo hay những người trước đây có học các môn tâm thần có nghĩa là họ có khả năng ghi điểm cao. Kết luận chung là kỹ thuật ganzfeld có một số chứng minh khả năng psi nhưng không phải với mọi người cũng như không phải trong mọi tình huống.

Khả năng thấu suốt

Khả năng thấu suốt mô tả là xảy ra nếu như một người có được thông tin về môi trường hay sự vật trong môi trường không sử dụng các kênh nhận cảm được thừa nhận thông thường. Có một vấn đề lý thuyết chính đối với các nhà cận tâm lý học trong việc phân biệt giữa khả năng thấu suốt và thần giao cách cảm, vì một hình ảnh đang được một người tham gia nghiên cứu thần giao cách cảm "gởi" qua tâm thần, cũng có sự hiện hữu thể xác, ít nhất trong lý thuyết, được một người nhận khả năng thấu suốt nhận biết. Nhưng có một số nghiên cứu thực nghiệm liên quan cụ thể với khả năng thấu suốt.

Một số nghiên cứu ganzfeld không sử dụng "người gởi" trên cơ sở cho rằng hình ảnh liên quan có thể có được bằng khả năng thấu suốt, hơn là thần giao cách cảm. Honorton (1985) nhận thấy nghiên cứu ganzfeld sử dụng người gởi thường tạo ra kết quả tốt hơn là những nghiên cứu không sử dụng người gởi, nhưng chỉ nơi nào người thí nghiệm có kinh nghiệm trong việc sử dụng cả phương pháp người gởi lẫn phương pháp không có người gởi. Nơi nào những người thí nghiệm áp dụng chỉ một phương pháp này hay phương pháp khác thì nghiên cứu không có người gởi tạo ra kết quả vững chắc hơn một ít.

Morris, Dalton, Delanoy và Watt (1995) tiến hành một cá nhân cụ thể liệu người gởi có quan trọng trong nghiên cứu ganzfeld tự động hay không. Nghiên cứu có ba điều kiện khác nhau: vắng mặt người gởi (điều kiện 1), người gởi có mặt nhưng người nhận không chắc liệu họ có mặt hay không (điều kiện 2), và người gởi có mặt với người nhận biết được sự có mặt của người gởi (điều kiện 3). Lúc đầu nghiên cứu, giới thiệu người nhận với "người gởi". Trong những điều kiện một và hai, họ được cho biết rằng cá nhân có thể hay không thể hành động trong tư cách người gởi đối với cuộc nghiên cứu. Ở điểm này, không ai liên quan biết rằng liệu cá nhân có phải trong điều kiện 1 hay điều kiện 2. Trong điều kiện 3, người ta cho biết dứt khoát cá nhân này sẽ là người gởi.

Một khi người nhận được bố trí trong ganzfeld, người gởi trở vào phòng nơi cho thấy các nguồn (đích). Ở điểm này, đối với những người thuộc điều kiện 1 hay 2, hệ thống máy tính sẽ chọn ngẫu nhiên cũng như tiến hành thí nghiệm theo điều kiện nào. Nếu thuộc điều kiện 1, "người gởi" được yêu cầu ra khỏi phòng, nếu thuộc điều kiện 2, họ được yêu cầu ở lại và tập trung vào hình ảnh người khác cho họ thấy.

Kết quả chung rất quan trọng, biểu thị rằng có tác dụng. Thật thú vị không có sự khác biệt đáng kể giữa 3 điều kiện – mặc dù các nhà nghiên cứu tìm thấy kết quả vững chắc của người thí nghiệm, chúng ta sẽ đề cập tiếp. Họ kết luận rằng sự hiện diện của người gởi thực ra không cần thiết để có được kết quả trong nghiên cứu ganzfeld vì một số người tham gia có vẻ có khả năng nhận dạng hình ảnh nguồn cho dù người khác có cố gắng truyền cho họ một cách có ý thức hay không.

Nhìn từ xa

Có lẽ nghiên cứu nổi tiếng nhất về khả năng thấu suốt là **nghiên cứu nhìn từ xa**, một số là nguyên nhân tạo ra sự xôn xao ở các nhà khoa học vào cuối thập niên 1970 và đầu thập niên 1980, khởi đầu bằng một báo cáo của Targ và Puthoff, đăng trên tạp chí *Tự nhiên* năm 1974. Họ báo cáo một loạt thí nghiệm hiện trường sử dụng Pat Price, một sĩ quan cảnh sát trước đây ở California. Thí nghiệm tiến hành nghiên cứu nhìn từ xa – một hình thức khả năng thấu suốt trong đó cá nhân có thể "nhìn thấy" một vùng hay địa điểm cụ thể ở cách xa nhưng không tiếp nhận thông tin qua các kênh quy ước.

Địa điểm đích đối với các nghiên cứu của Targ và Puthoff là vùng Vịnh San Francisco. Trong vịnh họ có 100 đích, 12 đích được chọn ngẫu nhiên cho mỗi thí nghiệm. Không có người thí nghiệm liên quan hay những người tham gia nghiên cứu nào biết được nội dung của các đích, 12 địa điểm dành cho nghiên cứu được chọn bằng cách sử dụng kiểm soát loại trừ sai sót. Price được đưa đến địa điểm anh ta sẽ làm việc cùng với một người thí nghiệm. Hai trong số 9 nghiên cứu được tiến hành ngoài trời, một trong văn phòng, và 5 tiến hành trong lồng Faraday màn đồng lớn, dùng để ngăn mọi sự truyền điện. Khi bố trí Price, một nhóm gồm 2 đến 4 người thí nghiệm được bố trí một địa điểm đích, họ có 30 phút lái xe đến địa điểm ấy, ở lại đó khoảng 30 phút, trong 30 phút sau này, Price mô tả hình ảnh nhận cảm mà anh ta nhận được và những hình ảnh này được ghi hình.

Price thể hiện khả năng đáng ngạc nhiên khi mô tả các tòa nhà, ụ tàu, đường phố, công viên, v.v... ở địa điểm đích. Nhưng cũng có nhiều quan sát không chính xác, vì thế các nhà nghiên cứu mời các quan tòa độc lập đánh giá sự tương quan giữa mô tả của Price và địa điểm. Quan tòa phối hợp đúng 6 trong số 9 địa điểm trắc nghiệm theo mô tả của Price.

Tuy nhiên năm 1978, Marks và Kammann viết thư gởi đến tạp chí *Tự nhiên* không thừa nhận nghiên cứu của Targ và Puthoff về phương pháp luận, cho rằng những người thí nghiệm khuyến khích Price bằng cách gợi ý những thử nghiệm thành công trước đó và những nhận xét này đều có trong băng, có thể gợi ý cho các quan tòa. Không có những gợi ý này thì quan tòa độc lập có được kết quả ít nhiều may rủi hơn.

Tart, Puthoff và Targ (1980) đến lượt mình không thừa nhận phê bình của Marks và Kammann. Họ tiến hành phân tích dữ liệu thêm lần nữa, cắt bỏ mọi nhóm từ được cho là gợi ý, và bất kỳ nhóm từ khác về sau này có thể bị xem là gợi ý. Sau đó họ trao tài liệu cho một quan tòa mới, độc lập chưa biết nghiên cứu Price. Quan tòa này được mời tham quan từng địa điểm đích, để đánh giá mô tả của Price được ghi âm phù hợp với các địa điểm đích đến mức nào. Lần này 7 trong số 9 điểm đích tỏ ra phù hợp, có sự phù hợp cao giữa mô tả và địa điểm đích, và sự phù hợp rất thấp giữa mô tả với các địa điểm khác. Vì thế, Tart, Puthoff và Targ lập luận chứng cứ của họ không phải là một tạo tác gợi ý. Và ý kiến chỉ trích đối với nhiều nghiên cứu tái tạo của họ là không đúng.

Marks (1981) phản ứng bằng việc không thừa nhận tính giá trị trong bài tập đánh giá lại của họ với hai lý do: thứ nhất, có một nhà nghiên cứu biên tập lại nội dung, thứ hai tài liệu được đánh giá lại đã được công bố, quan tòa mới trong tiềm thức vẫn còn nhớ một ít. Muốn đánh giá chính xác, ông cũng không thừa nhận phát biểu của họ về nghiên cứu tái tạo, cho rằng họ đã cung cấp gợi ý nhận cảm trong tài liệu. Puthoff và Targ (1981) phản ứng rằng chỉ trích của ông là do hiểu lầm về cách kiểm soát quá trình gợi ý nhận cảm. Họ cũng tiến hành việc phân tích lại dữ liệu thêm lần nữa, theo lập luận của Marks về gợi ý và cho thấy, thậm chí đúng (nhưng họ không tin) nhưng vẫn chưa đủ tác động để giải thích tầm quan trọng của kết quả.

Tranh luận về nhìn từ xa vẫn còn cho đến ngày nay. Nhưng việc nghiên cứu thuyết phục đến mức quân đội Mỹ tài trợ cho chương trình, và nhiều trường hợp thành công được báo cáo trong các tạp chí cận tâm lý học. Trong một trường hợp, do Radin (1997) mô tả, người nhìn từ xa được cung cấp các tọa độ trên bản đồ về một địa điểm cụ thể, và mô tả một căn cứ quân sự bí mật thật chi tiết, thậm chí nhận dạng được chữ viết mật mã trên các hồ sơ bên trong phòng văn thư. Một ký giả biết được tin này, tìm đến nơi và báo cáo rằng thí nghiệm thất bại hoàn toàn vì địa điểm đó chỉ là một sườn đồi nuôi cừu. Giới chức quân sự khi nghe ký giả báo tin này sau cùng phát biểu rằng do nói sai tọa độ trên bản đồ. Tuy nhiên, ký giả ấy cũng không biết chính xác địa điểm – căn cứ quân sự nằm sâu bên dưới.

Năm 1995, CIA đặt hàng xem lại nghiên cứu cảm giác từ xa được chính phủ bảo trợ. Ủy ban đi đến 6 kết luận chung, thứ nhất nghiên cứu nhìn từ xa phản ứng trả lời không gò bó thường thành công hơn chọn lựa bắt buộc. Thứ hai, một số cá nhân nào đó tương thích, luôn thành công hơn số cá nhân khác – bất kể điều kiện thiết kế đặc biệt trong các thí nghiệm đặc biệt. Thứ ba, sàng lọc đa số cho thấy khoảng 1% số người được trắc nghiệm có vẻ biểu hiện khả năng nhìn từ xa nhất quán. Thứ tư, nhìn từ xa không cải thiện với rèn luyện hay tập luyện. Một số người thực hiện hiệu quả chỉ sau vài phút hướng dẫn, số khác sau vài tiếng vẫn cảm thấy khó khăn hay không thể làm được. Thứ năm, trong khi chưa rõ liệu có cần sự phản hồi hay không thì có vẻ thúc đẩy hoạt động bằng cách tạo ra sự khuyến khích tâm lý. Và thứ sáu, nhìn từ xa không bị ảnh hưởng bởi khoảng cách hay lớp chắn điện từ (Utts, 1996).

Dĩ nhiên vẫn còn nhiều tranh luận về nghiên cứu nhìn từ xa. Nhưng cũng có nhiều chương trình nghiên cứu hình

Bảng 12.10 Hướng dẫn xem xét từ xa

Sử dụng người nhìn đã biết, thậm chí bị kích thích về góc độ cảm giác tâm linh.

Chú ý đến mỗi người nhìn bằng cách xét trạng thái tâm thần của họ trong thời điểm thí nghiệm.

Cung cấp sự phản hồi thử nghiệm về đích đúng, và thực hiện ngay sau khi có thể khả thi.

Tạo sự tin cậy bằng cách tiết lộ đầy đủ không hề giấu giếm chương trình hành động.

Psi là một quan hệ đối tác, không phải là quan hệ chủ/ tớ.

Tính nghiêm túc của mục đích tạo ra động cơ thúc đẩy ở người nhìn lẫn người thí nghiệm.

Đích phải hấp dẫn về mặt tự nhiên lẫn cảm xúc, khác biệt độc đáo. Không có loài nhện đen nào đối với những người không muốn gặp chúng.

Không tạo ra các đích lớn, nhiều nhất có từ 2 đến 4 hạng mục.

Có đủ thời gian tường thuật, cộng thêm 10 đến 30 cho mỗi thử nghiệm. Một ngày một thử nghiệm là nhiều. Tốt hơn một tuần một thử nghiệm để duy trì tính nghiêm túc của mục đích.

Thực tế giúp người nhìn có cơ hội nhận biết tiếng ồn suy nghĩ và phân biệt nó với các tín hiệu psi.

Nguồn: Targ và Katra, 1997

thành trong lĩnh vực này, trong nhiều địa điểm nghiên cứu. Giống như nghiên cứu cận tâm lý học khác, qui mô tác động có vẻ nhiều hơn khi có bầu không khí tin cậy cởi mở ở người tham gia. Năm 1997, Targ và Katra đưa ra một loạt hướng dẫn cho các nhà nghiên cứu tiến hành nghiên cứu nhìn từ xa liệt kê trong Bảng 12.10. Bất chấp thách thức, họ xem nhìn từ xa như một trong những cảm giác psi đáng tin nhất đang được các nhà cận tâm lý học nghiên cứu, nhưng nhấn mạnh rằng cần phải có ý thức về tính thông dụng của mục đích và sự tin cậy lẫn nhau giữa người nhìn và người thí nghiệm.

Khả năng thấu suốt và thần giao cách cảm giả mạo

Ngoài ra, chúng ta đã xét chứng cứ thực nghiệm đối với thần giao cách cảm và khả năng thấu suốt. Nhưng thần giao cách cảm và khả năng thấu suốt cũng là những lĩnh vực phổ biến đối với các nhà tâm linh sân khấu, hoạt động của họ thường có vẻ như thực hiện ESP trong khi thực ra họ chỉ giả vờ.

Đôi khi, đây chỉ đơn thuần là vấn đề nhạy cảm với các hình thức thông tin tế nhị. Những người xin được giải thích tâm linh thường để lộ nhiều chứ không nhận biết nó. "Khả năng thấu suốt" sẽ đoán manh mối từ trang phục, từ cách ngồi nói chuyện của một người, từ thông tin cho thấy họ tiết lộ một cách vô thức trước đây trong phỏng vấn, và từ các manh mối khác.

Nếu cá nhân phải có buổi hẹn với một "nhà tâm linh", thì nhà tâm linh chắc chắn biết được càng nhiều càng tốt về họ sớm hơn, nhiều "nhà tâm linh" nổi tiếng đăng ký các dịch vụ thu thập thông tin về các lĩnh vực chuyên ngành của mình. Nhận xét được cho là tâm linh của họ và khả năng hợp lý có thể xảy ra khá chính xác. Cũng có nhiều nhận xét chung mà con người thường có khuynh hướng phải chọn như một quy tắc chung. Một ít trong số nhận xét này được liệt kê trong Bảng 12.11, nhưng còn nhiều nhận xét khác nữa.

Bảng 12.11 Một số phản ứng chung

Một thành phố châu Âu	Paris
Một trong danh sách gồm 5 khoản	Thứ hai hay thứ tư trong danh sách
Con số giữa 10 và 20	17
Một trong các ký hiệu của Zener	hình sao
Con số giữa 1 và 100	37
Một loại rau	cà rốt

Nhận thức trước

Nhận thức trước, theo như tên gọi, liên quan đến việc có được hiểu biết về một sự kiện tương lai, trong các tình huống nơi mà hiểu biết không thể suy luận từ thông tin hiện có. Hiển nhiên, có nhiều giải thích nhận thức trước mang tính giai thoại – một số người mơ thấy lửa chẳng hạn, sau đó nhận thấy ngôi nhà của bạn mình bị hỏa hoạn. Mặc dù những minh họa rất thuyết phục này có những cách lý giải khác. Như chúng ta đã biết trong Chương 11, chẳng hạn trong đêm chúng ta có đến 5, 6 giấc mơ. Đây không phải là điều khác thường đối với những người nằm mơ thấy lửa. Theo thống kê, hoàn toàn chắc chắn rằng sớm hay muộn, một số người nằm mơ thấy lửa sau đó sẽ chứng kiến cảnh hỏa hoạn trong đời thực. Ngoài ra, giấc mơ diễn ra một khoảng thời gian trước đó, và chỉ được nhớ lại khi tin tức hỏa hoạn được tiếp nhận.

Tuy nhiên, điều này không có nghĩa là mọi chứng cứ đối với nhận thức trước đều bị xem nhẹ. Đôi khi, cảm giác nhận thức trước rất ấn tượng và rất khó giải thích theo cách đó. Những cảm giác ấy thường có vẻ bao gồm các sự kiện tác động mạnh chẳng hạn như chết, tai nạn hay căn bệnh hiểm nghèo xảy đến ở bạn bè rất thân hay người thân. Nhưng vấn đề đối với các nhà nghiên cứu cận tâm lý học là thu thập dữ liệu, và tìm kiếm các nguồn kiểm chứng độc lập. Thỉnh thoảng, những dự đoán này dẫn chứng bằng tài liệu hẳn hòi, nhưng vì chúng là những sự kiện trong đời sống thực, nên các nhà nghiên cứu thường lệ thuộc vào cách giải thích riêng của người tham gia hơn. Như chúng ta đã biết trong Chương 4, giải thích của con người không phải là những ghi lại thực tế những gì đã diễn ra, nhưng sự hình thành sự kiện được định hình phải phù hợp với hiểu biết xã hội của họ – bao gồm hiểu biết về siêu nghiệm.

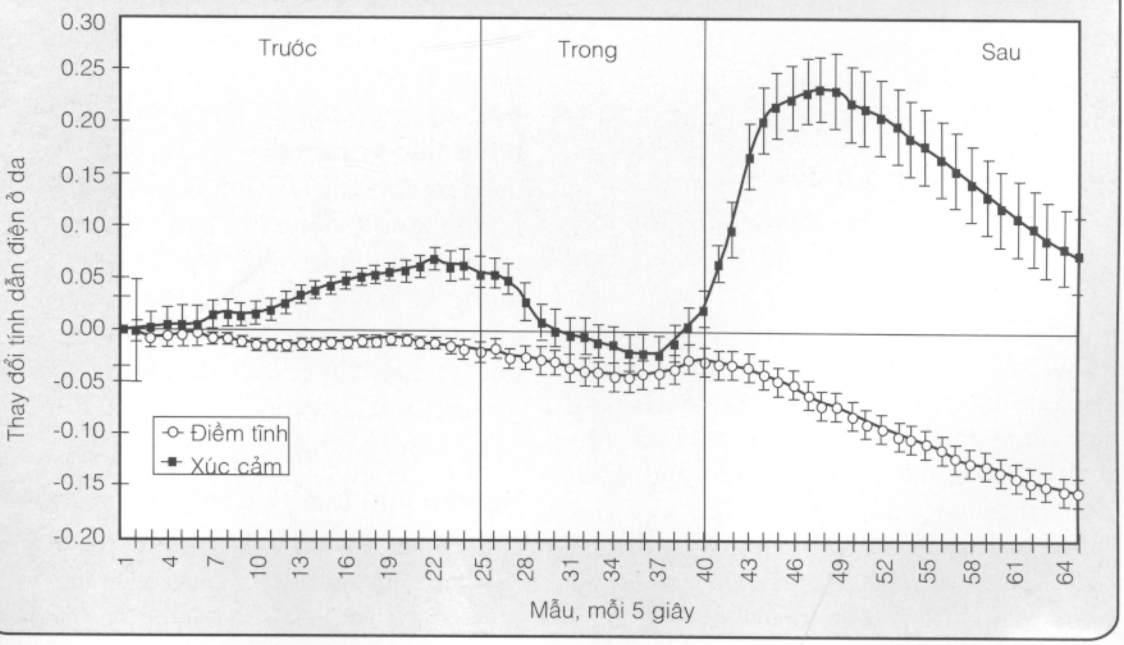
Đánh giá nhận thức trước theo sinh lý học

Tuy nhiên, có một số chứng cứ thực nghiệm lý thú đối với một loại nhận thức trước khác. Chứng cứ này liên quan với việc đánh giá thay đổi sinh lý trong tính dẫn điện trên da. Như chúng ta sẽ thấy trong chương sau, tính dẫn điện trên da thay đổi đối với kích thích cảm xúc hay căng thẳng. Đây là một phản ứng đáng tin cậy, có cơ sở, cùng với các phản ứng khác, hình thành cơ sở cho các máy phát hiện nói dối. Nhưng nó cũng hình thành một cách đánh giá hữu dụng phản ứng xúc cảm vô tình của con người.

Radin (1997) báo cáo một loạt nghiên cứu khảo sát phản ứng của con người đối với kích thích xúc cảm. Trong một nghiên cứu điển hình, người tham gia ngồi trên ghế thoải mái, mặt nhìn vào một màn hình máy tính màu. Điện cực đo sự thay đổi về tính dẫn điện ở da và thiết bị giám sát nhịp tim gắn vào đầu ngón tay của tay trái. Người tham gia có khả năng kiểm soát hiển thị trên màn hình bằng cách sử dụng chuột bằng tay phải. Click chuột làm cho máy tính tiến hành sự chọn lọc ngẫu nhiên từ một tập hợp lớn các hình ảnh. Màn hình vẫn còn để trống trong 5 giây, sau đó hình ảnh hiển thị trong 3 giây, màn hình trống lần nữa trong 5 giây sau. Sau cùng, thông tin biểu thị rằng người tham gia có thể bắt đầu thêm lần nữa khi họ sẵn sàng.

Một số hình ảnh, hình ảnh số chất lượng cao là những hình ảnh thú vị,

Hình 12.19 Phản ứng sinh lý và nhận thức trước



Nguồn: Radin 1997

chẳng hạn như phong cảnh hay người hạnh phúc. Những hình ảnh khác được thiết kế nhằm làm xáo trộn hay gây sốc, bao gồm hình ảnh kỳ dị và mổ tử thi (vì lý do này, chỉ có người lớn mới được tham gia nghiên cứu). Phản ứng sinh lý của người tham gia được giám sát và ghi lại cho toàn bộ quá trình nghiên cứu.

Không có gì phải ngạc nhiên, hình ảnh xúc cảm tạo ra một phản ứng sinh lý thuyết phục. Nhưng điều thú vị hơn là chúng có vẻ tạo ra một phản ứng ở người tham gia trước khi phản ứng thực sự xuất hiện. Hình 12.19 là kết quả phối hợp từ 24 người tham gia thử nghiệm trong cuộc nghiên cứu này, cho thấy có sự khác biệt đáng kể giữa phản ứng sinh lý trước hình ảnh lý thú và phản ứng sinh lý có được trước hình ảnh xúc cảm. Nghiên cứu của Radin cho thấy người tham gia nghiên cứu có phần nào dự đoán được loại hình ảnh mà mình sẽ gặp. Tuy nhiên, khi được hỏi liệu họ có ý kiến gì về những gì diễn ra thì hầu hết đều trả lời không quả quyết.

Đây là một tiếp cận rất mới trong nghiên cứu nhận thức trước. Tuy nhiên, Radin cho rằng kết quả được tái tạo độc lập ít ra trong một phòng thí nghiệm khác nằm ở một châu lục khác. Tính chất tiềm thức của phản ứng sinh lý làm cho tiếp cận nghiên cứu cận tâm lý học này trở thành một tiếp cận rất thú vị.

Nhận thức trước giả dối

Tuy nhiên có sự khác nhau lớn giữa loại nhận thức trước được nhận dạng qua nghiên cứu của Radin, và loại xuất hiện trong các cuộc trình diễn được cho là “tâm linh” trên TV hay sân khấu. Đáng tiếc, những cuộc trình diễn này đều mang tính gian lận. Nhiều người đưa ra “dự đoán” chẳng hạn bao gồm một chú thích bỏ trong phong thư dán kín, hay một chú thích viết trong sổ tay. Nhưng có những cách chèn các chú thích mới vào trong phong thư được dán kín thấy rõ và có những cách giúp nhà ảo thuật trên sân khấu viết thật nhanh, kín đáo trên một tờ giấy một khi đã biết thông tin. Những cách này được các nhà tâm linh gian lận tác dụng để khiến người khác tin mình nhiều hơn.

Các nhà tâm linh gian lận cũng có những cơ chế nhận thức chọn lọc của chúng ta. Các nhà tâm linh thường đưa ra nhiều “dự đoán” nhưng họ chỉ nhắc lại những dự đoán nào thành công. Những dự đoán khác được bỏ qua, bất kỳ ghi chép nào về dự đoán ấy nếu còn cũng hiếm khi trưng ra làm chứng cứ. Đối với chúng ta rất dễ tin rằng dự đoán hoàn toàn giống hệt với điều gì đã diễn ra ngay cả khi thực tế không phải thế - khuynh hướng của chúng ta thường điều chỉnh trí nhớ của mình cho thích nghi và xem nhẹ tiểu tiết (xem Chương 3) đã là sự thiên vị rất lớn đối với các nhà tâm linh gian lận.

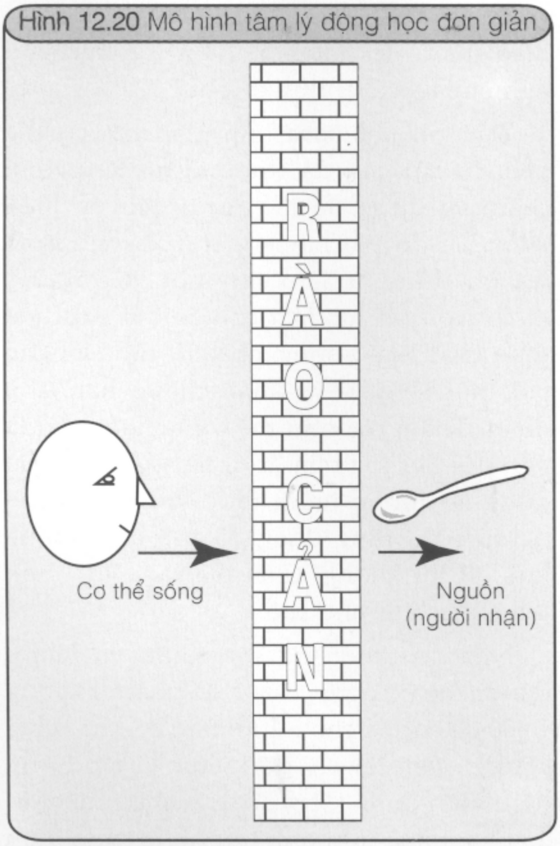
NGHIÊN CỨU TÂM LÝ ĐỘNG HỌC

Trong nghiên cứu **tâm lý động học** thường gọi tắt là **PK**, cơ thể sống (có nghĩa là động vật hay con người được nghiên cứu) có khả năng sử dụng ảnh hưởng đối với mục tiêu trong môi trường, vượt qua rào cản thông thường ngăn cản một ảnh hưởng bất kỳ như thế diễn ra (xem Hình 12.20). Tâm lý động học thường chia thành hai nhóm. **Tâm lý động học vi mô** gồm các tình huống nơi một người có khả năng sử dụng ảnh hưởng tâm lý động học ở mức hiển vi hay vi điện tử, nơi công cụ hay phân tích thống kê hay cả hai được cần đến để dò tìm điều gì đang diễn ra. **Tâm lý động học vĩ mô** được xem là xảy ra nếu tác động của tâm lý động học có thể dò tìm bằng mắt thường.

Nghiên cứu tâm lý động học vi mô

Chúng ta đã xét một minh họa về thí nghiệm tâm lý động học vi mô, trong hình thức phân tích đối chứng **nghiên cứu RNG (nghiên cứu máy tạo số ngẫu**

Hình 12.20 Mô hình tâm lý động học đơn giản



nhiên) do Nelson và Radin tiến hành năm 1987. Những nghiên cứu này thường là những thử nghiệm tự chủ trong đó người tham gia nghiên cứu cố gắng tác động đến một loạt các số ngẫu nhiên do máy tính tạo ra. Máy tính tạo ra các chuỗi số 0 và 1 ngẫu nhiên, người tham gia nghiên cứu cố gắng tác động đến kết quả máy đưa ra sao cho lúc nào số 1 cũng nhiều hơn số 0. Rõ ràng những nghiên cứu này cần tính đến tính chất ngẫu nhiên thật cẩn thận – đôi khi về tính chất số 1 có nhiều hơn số 0, nhưng như chúng ta đã thấy, dường như một số chứng cứ cho rằng một số người có khả năng sử dụng tác động vi điện tử trong cách này.

Nghiên cứu ném súc sắc là một sản phẩm phụ từ nghiên cứu của Rhine, tiến hành từ thập niên 1930. Những nghiên cứu này rất giản dị: chọn một số cụ thể – thường không phải là 6 – cá nhân ném súc sắc trong khi "muốn" con số ấy phải hiện ra. "Con số đúng" hiện ra trong những trường hợp khi chủ ý suy nghĩ xảy ra trùng hợp với mặt số xuất hiện thực sự. Thêm một lần nữa, cũng cần tính đến xác suất con số ấy xuất hiện ngẫu nhiên. Không chọn con số 6 cũng là điều tốt nhất vì trong súc sắc thông thường, có các lỗ làm chìm trên bề mặt, số 6 khoét lỗ cạn hơn năm mặt còn lại khác vì nó có nhiều lỗ hơn, do đó mặt số 6 có khả năng hiện ra nhiều hơn các mặt khác.

Năm 1991, Radin và Ferrari tiến hành phân tích đối chứng nghiên cứu ném súc sắc từ năm 1935 đến 1987. Phân tích của họ gồm tất cả nghiên cứu tiếng Anh mà họ tìm thấy, tạo ra 52 người thí nghiệm trong 148 cuộc thí nghiệm khác nhau, sử dụng 2569 người tham gia nghiên cứu, ném súc sắc khoảng 2,6 triệu lượt. Họ so sánh những kết quả này với hơn 150.000 lần ném súc sắc trong 31 nghiên cứu kiểm soát, trong đó người ta ném súc sắc nhưng không cố gắng tác động đến chúng.

Tỉ lệ đoán đúng nói chung đối với nghiên cứu kiểm soát là 50,02 %. Tỉ lệ đoán đúng nói chung đối với nghiên cứu trong đó người tham gia cố ý tạo tác động đến kết quả là 51,2%. Mặc dù sự khác nhau này không phải nhiều lắm, dựa vào số lượng người tham gia khổng lồ, nhưng về mặt thống kê cho thấy sự khác nhau 1/1tỷ so với kết quả xảy ra do may rủi. Khi các nhà nghiên cứu kiểm soát các nhà nghiên cứu đạt kết quả cao bằng cách loại trừ kết quả của họ ra khỏi phân tích thì họ vẫn phát hiện sự khác nhau 1/3 triệu. Mặc dù nghiên cứu ném súc sắc thường không như nhau nhưng kết quả phối hợp của họ ngụ ý rằng tâm lý động học vi mô – hay một số yếu tố khác – có thể ảnh hưởng đến kết quả.

Tâm lý động học vĩ mô

Tâm lý động học vĩ mô - tâm lý động học có thể nhìn thấy bằng mắt thường – là một trong những kết quả cận tâm lý học thường gặp nhất, bao gồm việc uốn cong muỗng và các kết quả ấn tượng khác. Tuy nhiên, thật không may đây dường như là lĩnh vực cận tâm lý học bị những người trình diễn tiến hành gian lận và chệch hướng nhiều nhất. Đáng tiếc có nhiều người trình diễn trên truyền hình (mặc dù không phải là tất cả như Chris Evans cho thấy gần đây) thông đồng với những người như thế, giúp họ xử lý và điều chỉnh tài liệu từ trước để tạo ra một kết quả thật ngoạn mục phía trước ống kính.

Những người gian lận khéo léo có khả năng sử dụng những ảnh hưởng vô cùng tinh vi đối với tài liệu nhưng người quan sát không nhận ra. Trong một trường hợp, "nhà tâm linh" có vẻ làm cho đồ vật di chuyển được chỉ bằng cách "suy nghĩ" đối với đồ vật. Người ta nhìn thấy ông ta lật các trang sách nhưng không hề chạm tay vào, hay làm cho một mảnh giấy quay quanh suốt chỉ cũng không cần tiếp xúc. Thực ra, ông ta cực kỳ khéo léo trong việc thổi một luồng khí phản lực được giấu kín, và chính luồng khí này tạo ra kết quả như trên. Người điều tra làm giống hệt ông, thế là chứng minh được ông ta gian lận.

Có nhiều cách tạo ra kết quả tâm lý động học dễ thấy. Chẳng hạn đưa hai tay vòng quanh một xilanh mở để làm cho không khí bên trong nóng lên, và tạo ra một dòng khí làm cho giấy hay các đồ vật nhẹ khác di chuyển được. Thường có thể làm cho đồng hồ chết máy chạy trở lại bằng cách để vào bàn tay, vì đồng hồ trục trặc thường do dầu bên trong bị cô đặc, hay bị kẹt do mạt kim loại. Dầu trong đồng hồ sẽ chảy khi đồng hồ nóng lên, và điều này làm cho máy chạy. Dĩ nhiên uốn cong muỗng được một số "nhà tâm linh" yêu thích đòi hỏi phải bí mật xử lý muỗng từ trước sao cho kim loại dẻo hơn, chỉ cần một áp lực rất nhỏ, không nhìn thấy được là đủ để làm cong muỗng. Giới ảo thuật có rất nhiều mẹo để tạo ra những sự kiện hiển nhiên là không thể làm được này, và những nhà tâm linh gian lận khéo léo học cách áp dụng các mẹo này để tạo ra hiện tượng siêu nghiệm vô cùng thuyết phục.

Đối với nhà tâm linh gian lận có thể phá vỡ vật cản đã được dựng lên. Nam châm sử dụng để tạo ra di chuyển biểu kiến của đồ vật hay sợi chỉ vô hình giữa hai tay dùng để làm cho một đồ vật nhỏ di chuyển tới lui. Vật cản có thể yếu hơn thực chất hay không phải là rào cản đối với một số yếu tố khác chẳng hạn như nhiệt. Thậm chí như thế vẫn chưa phải là hết: đôi khi các nhà ảo thuật sân khấu sử dụng ảo tưởng nhận thức khiến cho con người nghĩ rằng đang có rào cản nhưng thực tế thì không. Các nhà tâm linh gian lận cũng làm như thế.

Nhà ảo thuật gia sân khấu và James Randi hoài nghi đưa ra phần thưởng 1.000.000 đô la cho người nào có khả năng chứng minh tâm lý động học vĩ mô trong điều kiện được kiểm soát. Nhưng mặc dù có nhiều nhà tâm linh tự phong trình diễn trên TV và trong các bộ phận khác thuộc ngành kinh doanh giải trí nhưng giải thưởng của ông vẫn còn nguyên.

Dĩ nhiên có nhiều lĩnh vực trong nghiên cứu cận tâm lý học. Một lĩnh vực liên quan đến loại nghiên cứu trong đó cá nhân cố gắng tương tác tâm thần trực tiếp với một hệ thống sống khác. Lĩnh vực này thường gọi là tâm lý động học sinh học, nhưng gần đây hơn, các nhà nghiên cứu thích sử dụng nhóm từ **DMILS** (direct mental interaction with living systems: tương tác tâm thần trực tiếp với các hệ thống sống). Nghiên cứu DMILS bao gồm nghiên cứu nhìn từ xa – khảo sát cảm giác nhìn chăm chú – và các loại tác động đến cơ thể từ xa khác. Nguồn nghiên cứu khác quan trọng trong lĩnh vực này liên quan đến điều trị – khả năng đưa những trạng thái sinh lý tích cực vào con người, giúp họ khỏi bệnh tật hay phục hồi thương tổn. Nhưng ở đây chúng tôi không đề cập do trang sách có hạn.

NGƯỜI THÍ NGHIỆM VÀ NGƯỜI THAM GIA

Nghiên cứu cận tâm lý học, như chúng ta đã biết, tạo ra một số chứng cứ thú vị nhưng cũng có một số yêu cầu đặc biệt. Vì các nhà nghiên cứu khảo sát khả năng rất tinh vi trong tâm trí con người, chúng đặc biệt nhạy cảm với những tác động dù nhỏ nhưng không thể tác động đến những khả năng thiết thực hơn của chúng ta.

Tác động của người thí nghiệm

Một trong những chứng cứ nhất quán nhất trong nghiên cứu cận tâm lý học là một số người thí nghiệm, sử dụng phương pháp kiểm soát tốt, thường thu được kết quả quan trọng lặp đi lặp lại trong các nghiên cứu ESP hay PK, trong khi những người khác, cũng áp dụng cùng phương pháp luôn thu được chứng cứ không chắc chắn. Một trong những giả thuyết đưa ra giải thích điều này là sự khác nhau từ **tác động của người thí nghiệm** – sự khác nhau khó thấy trong thái độ, giọng nói, các yếu tố tế nhị khác chuyển tải sự mong đợi khác nhau đến người tham gia.

Tác động của người thí nghiệm có nhiều ảnh hưởng trong mọi hình thức nghiên cứu tâm lý học. Sức mạnh của họ lần đầu tiên được Rosenthal và Fode (1963), nhận dạng, họ chứng minh suy nghĩ của người thí nghiệm về khả năng của loài chuột dùng trong thí nghiệm ma trận cũng đủ làm cho chuột chạy trong ma trận nhanh hay chậm. Đây không phải là tác động thần bí: người thí nghiệm cho rằng chuột "sáng dạ trong ma trận" sẽ xử lý khôn khéo hơn khi ở trong ma trận, trong khi người thí nghiệm cho rằng chuột "tối dạ trong ma trận" thì xử lý ma trận thô thiển hơn, ít dành thời gian tìm hiểu ma trận hơn. Rosenthal chứng minh tác động của người thí nghiệm trong nhiều tình huống khác, kể cả thí nghiệm hiện trường nổi tiếng, vận dụng niềm tin của giáo viên, chúng ta sẽ khảo sát trong Chương 15 (Rosenthal và Jacobsen, 1968).

Tác động của người thí nghiệm trong nghiên cứu cận tâm lý học không mạnh bằng các hình thức tâm lý học khác. Nhưng vì sự khác nhau rất dễ thấy trong nghiên cứu cận tâm lý học nên được người ta thừa nhận. Một số người thí nghiệm dường như có khả năng tạo điều kiện cho khả năng psi ở những người tham gia nghiên cứu, và những người này gọi là **người thí nghiệm kích thích psi.** Những người khác có kết quả không dứt khoát từ nghiên cứu cận tâm lý học được gọi là **người thí nghiệm ức chế psi.**

Các yếu tố trong tác động của người thí nghiệm

Khi tác động của người thí nghiệm được nhận dạng trong cận tâm lý học, nhiều nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu thật chi tiết. Họ nhận thấy tác động này là sự phối hợp của hai loạt yếu tố. Thứ nhất là sự thoải mái hay không thoải mái trong bối cảnh thí nghiệm đối với người tham gia. Crandall (1985) nhận thấy nếu người tham gia thí nghiệm thoải mái, nhận thấy bầu không khí dễ chịu, thì chắc chắn sẽ có kết quả chắc chắn hơn. Dĩ nhiên điều này cũng có nghĩa con người có phản ứng khác nhau tùy theo việc liệu họ thích cá nhân mà họ tiếp xúc hay không: không phải là việc đạt được một công thức thành công đơn giản mà phải có người thí nghiệm đồng cảm với người tham gia cụ thể, giúp tạo ra một bầu không khí thoải mái, dễ chịu.

Loạt yếu tố thứ hai là sự mong đợi của người thí nghiệm. Taddonio (1976) nhận thấy người thí nghiệm nghĩ rằng phải có kết quả chắc chắn thường có khuynh hướng được như thế trong khi người thí nghiệm cho rằng thí nghiệm sẽ thất bại thường có khuynh hướng gặp kết quả thất bại. Nhưng cũng như ở loài chuột thí nghiệm của Rosenthal, đây không phải là tác động thần bí. Người thí nghiệm truyền đạt mong đợi của mình thật tế nhị, và những người nghĩ rằng người tham gia nghiên cứu đã không được chuyển tải thông tin ấy đến cho mình. Do đó một khả năng psi bất kỳ mà cá nhân biểu hiện đều bị ức chế: không phải có nhiều người có khả năng làm tốt trong mọi công việc khi họ cứ nghĩ mình thất bại.

Như chúng ta đã biết trước đây Morris *và người khác* (1995) phát hiện tác động của người thí nghiệm rõ nét trong sự so sánh các điều kiện của người gởi và không phải người gởi trong các nghiên cứu ganzfeld tự động. Bảng 12.12 thể hiện kết quả khác nhau do ba người thí nghiệm thu được. Các nhà nghiên cứu nhận dạng 4 giải thích có thể đối với chứng cứ. Một trong số này là khả năng có thể gian lận, mà họ phải xét đến như một khả năng có thể xảy ra. Tuy nhiên, thí nghiệm phải bao gồm rất nhiều sự kiểm soát nhằm làm cho gian lận không thể xảy ra, bao gồm một quá trình vi tính tự động, sự tham gia của người thí nghiệm thứ hai niêm phong đĩa cứng dữ liệu thí nghiệm trong cuối ngày nghiên cứu cũng như một số bảo vệ khác. Dựa vào số lượng kiểm soát trong quá trình và cam kết chính xác trong thí nghiệm của những người thí nghiệm tham gia, gian lận trong trường hợp này dường như là một giả thuyết không thể xảy ra.

Giải thích có thể khác là tâm lý ở chỗ người thí nghiệm sẽ tốt hơn khi tán thành thái độ hay phong cách tạo điều kiện tin cậy, tự chủ, thoải mái, nhiệt tình. Do đó, người tham gia cảm thấy thoải mái hơn, có thể chú ý đến tâm trạng và trí tưởng tượng nội tâm nhiều hơn. Khả năng có thể thứ ba là một số người thí nghiệm có khả năng psi khác tạo điều kiện cho các sự kiện tâm linh xảy ra quanh họ. Và khả năng thứ tư mà giới nghiên cứu xem xét là người thí nghiệm thành công phải cẩn thận chọn lọc người tham gia, do đó họ quen thuộc với người thí nghiệm khi đến nơi. Có thể trong tiềm thức người nghiên cứu này đã lên lịch cho người tham gia hoạt động tốt hơn.

Bảng 12.12 Mức thành công khác nhau đối với người thí nghiệm trong cùng một nghiên cứu

	Người thí nghiệm A	Người thí nghiệm B	Người thí nghiệm C
Tỉ lệ đoán đúng	48%	24%	14%

Nguồn: Morris và người khác, 1995

Người thí nghiệm dẫn đến psi

Schmiedler (1997) cho rằng một số người thí nghiệm cũng ảnh hưởng rất nhiều đến chứng cứ thí nghiệm. Có một số trường hợp trong đó những người thí nghiệm cụ thể thường có được mức độ thành công cao đáng kể ở người tham gia nhưng cũng số người tham gia ấy không thể lặp lại hoạt động của mình về sau này hay thậm chí hoạt động kế tiếp. Những kết quả này, trong chừng mực không thể nói là do gian lận hay sự cố gắng có ý thức ở người thí nghiệm nhưng dường như đã diễn ra.

Schmiedler cho rằng trong những tình huống trong đó người thí nghiệm có động cơ thúc đẩy cao và riêng họ có khả năng psi mạnh thì bằng cách này hay cách khác, họ sẽ chuyển những khả năng ấy cho người tham gia thí nghiệm, trong suốt thời gian thí nghiệm diễn ra. Schmiedler cho rằng điều quan trọng là phải phân biệt giữa người thí nghiệm khuyến khích psi thông thường, họ thường tạo bầu không khí để khả năng của chính người tham gia bộc lộ dễ dàng, và những **người thí nghiệm dẫn đến psi** này. Schmiedler lập luận cá nhân dẫn đến psi nên được nhận dạng và họ không nên tiến hành điều tra psi thông thường, nếu làm thế thì chứng cứ thí nghiệm bị méo mó.

Người tham gia phản ứng psi

Một số nghiên cứu cho thấy người có đặc điểm nhân cách cụ thể chắc chắn có kết quả psi khẳng định hơn người khác. Chẳng hạn, Honorton *và người khác* (1990) tiến hành phân tích đối chứng nghiên cứu ganzfeld có câu trả lời không bị gò bó, và nhận thấy người hướng ngoại nói chung thường ghi điểm cao hơn người hướng nội. Tuy nhiên trong một nghiên cứu khác sử dụng người trong giới nghệ sĩ, Morris *và người khác* (1995) nhận thấy có sự tương quan chắc chắn hơn giữa hướng nội và thành công psi, vì thế mối quan hệ không hề đơn giản.

Khi các nhà nghiên cứu đánh giá hướng ngoại và thành công psi, sử dụng mô hình nhân cách NEO (xem Chương 7), có 6 yếu tố phụ khác nhau, họ nhận thấy thành công psi chắc chắn tương quan với 3 yếu tố hoạt động, tìm kích thích và cảm xúc tích cực, nhưng không tương quan với 3 yếu tố: nhiệt tình, thích giao du và tính quả quyết (Morris *và người khác*, 1993). Họ cho rằng sự tương quan với hướng ngoại có lẽ là do người hướng ngoại thích tính mới lạ trong thí nghiệm ganzfeld hơn là từ các yếu tố xã hội.

Chúng ta chứng kiến người tin tưởng psi thường ghi điểm cao hơn người không tin. Honorton (1992) chứng minh rằng tham gia vào các thí nghiệm psi khác cũng tương quan với hoạt động thành công và gợi ý rằng điều này phải có tác động bằng cách làm giảm bớt cảm giác lo âu hay căng thẳng có thể ức chế hoạt động psi. Sau khi tiến hành môn học tâm thần trước đó như yoga hay thiền định cũng tương quan tích cực với thành công psi.

Người sáng tạo cũng thường có điểm cao trong các nhiệm vụ psi. Dalton (1997) tiến hành nghiên cứu so sánh các loại khác nhau gồm người tham gia có tính sáng tạo cao trong một nhiệm vụ ganzfeld tự động. Có bốn nhóm: nghệ sĩ, nhạc sĩ, văn sĩ sáng tạo và diễn viên. Mỗi nhóm đạt được ý nghĩa quan trọng đối với nhiệm vụ, giới nhạc sĩ ghi điểm cực cao. Kết quả trong Bảng 12.13. Chứng cứ của Dalton phù hợp với chứng cứ của nghiên cứu ganzfeld trước đây sử dụng sinh viên âm nhạc ở Trường trình diễn nghệ thuật Juillard, đã có mức độ thành công cao tương tự (Schlitz và Honorton,1992).

Khi ấy nghiên cứu cận tâm lý học cung cấp cho chúng ta một số thử thách thú vị. Chính các nhà cận tâm lý học phân biệt giữa nghiên cứu "định hướng chứng cứ" mục đích thiết lập quan điểm cho rằng liệu psi có tồn tại hay không, và nghiên cứu "định hướng quá trình" để tìm hiểu điều kiện và quá trình liên quan đến chứng minh psi. Nhưng chấp nhận hay phủ nhận psi là vấn đề của mỗi cá nhân. Quan điểm chính thức của ngành tâm lý học là phán đoán dè dặt và một số thái độ hoài nghi. Các nhà tâm lý học hiểu biết rất nhiều về cách con người bị đánh lừa tin rằng một sự kiện là huyền bí, chấp nhận psi không dè dặt. Nhưng như chúng ta đã biết, các nhà cận tâm lý học cũng rất quan tâm đến điều này. Và nhiều nhà tâm lý học nếu tiếp cận riêng sẽ thể hiện suy nghĩ cá nhân cho rằng psi không phải là khả năng không thể mặc dù hiểm họa bị trình bày sai thường có nghĩa rằng người ta rất lưỡng lự khi đề cập đến.

Nghiên cứu cận tâm lý học trong nhiều cách khác hẳn với các lĩnh vực tâm lý học khác. Nhưng phương pháp và tiếp cận của nó đều giống nhau. Chính cảm

Bảng 12.13 Tính sáng tạo và kết quả psi

Nhóm	**N** (một thủ nghiệm cho mỗi người tham gia)	**Đoán đúng**	**%**	**Mức có ý nghĩa**
Nhạc sĩ	32	18	56	p<,0001
Nghệ sĩ	32	16	50	p<,002
Văn sĩ sáng tạo	32	13	41	p<,05
Diễn viên	32	13	41	p<,05
Tổng cộng	**128**	**60**	**47**	**p<,0001**

xúc mà chủ đề tạo ra làm cho nó dễ phân biệt. Trong chương sau, chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu tâm lý học cảm xúc, căng thẳng và động cơ thúc đẩy.

Từ khóa

Pha trơ tuyệt đối: Khoảng thời gian dài phần triệu của giây ngay sau khi nơron phóng điện, khi nơron không sinh ra một xung điện khác cho dù nhận được kích thích nhiều đến mấy đi nữa.

Nơron hướng tâm: Nơron mang thông tin từ các thụ quan nhận cảm đến não và tủy sống.

Nghiên cứu ganzfeld tự động: Nghiên cứu Ganzfeld ngoại cảm giác bao gồm quá trình tự động do máy tính kiểm soát để ngăn ngừa sự rò rỉ nhận cảm hay thành kiến tiềm thức của người thí nghiệm.

Khả năng thấu suốt: Có được thông tin về đối tượng hay môi trường không sử dụng các kênh nhận cảm được công nhận.

Tế bào nón: Tế bào trong võng mạc phản ứng với các bước sóng ánh sáng khác nhau, vì thế biểu thị màu sắc.

Đọt nhánh: Các nhánh ở phần đầu sợi trục tế bào thần kinh giúp tế bào liên kết với các nơron khác.

Nghiên cứu ném súc sắc: Nghiên cứu tâm lý động học trong đó cá nhân muốn tác động đến mặt súc sắc hiện ra.

DMILS: Viết tắt nhóm từ "tương tác tâm thần trực tiếp với hệ thống sống", là thuật ngữ sử dụng trong cận tâm lý học ám chỉ hiện tượng psi chẳng hạn như thần giao cách cảm hay trị bệnh.

Nơron ly tâm: Nơron mang thông tin từ não và tủy sống.

Điện thế: Sự bùng nổ dòng điện do tế bào thần kinh tạo ra khi phóng điện.

Chính xác thí nghiệm: Sự cẩn thận trong thí nghiệm, sự thận trọng khi tiến hành thí nghiệm đảm bảo rằng tất cả quá trình và kiểm soát được thực hiện hiệu quả.

Tác động của người thí nghiệm: Tác động không mong muốn trong nghiên cứu tâm lý học được người tiến hành nghiên cứu tạo ra cố ý hay vô tình.

Nhận thức ngoài cảm giác: Có được thông tin từ một đích trong môi trường nhưng không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

Vấn đề ngăn hồ sơ: Vấn đề báo cáo chọn lọc trong nghiên cứu tâm lý học, ở chỗ chỉ có nghiên cứu có chứng cứ quả quyết mới được đăng báo trong khi nghiên cứu không thành công lưu giữ trong tủ hồ sơ của người thí nghiệm và không được công bố.

Hố nhỏ: Bộ phận chính trong võng mạc nơi hình ảnh thị giác được tập trung rõ ràng nhất.

Biến đổi tập tính: Thích nghi với một kích thích, chẳng hạn như kích thích không còn được các nơron nhận cảm đảm bảo nữa.

Tần số rất thấp: Âm thanh quá thấp đến mức tai người không thể nghe được

Cảm giác vận động cơ thể: Giác quan cơ thể thông báo về vị trí và tình trạng cơ bắp, hệ xương và các cơ quan bên trong.

Nhân khuỷu bên: Vùng trên đồi thị nơi tế bào hình thành liên khớp thần kinh thị giác với những tế bào dẫn đến vỏ thị giác.

Tâm lý động học vĩ mô: Tâm lý động học trong đó ảnh hưởng cận tâm lý học đối với đích được mắt thường nhìn thấy.

Tâm lý động học vi mô: Tâm lý động học trong đó kết quả của ảnh hưởng psi quá nhỏ đến mức mắt thường không thể nhìn thấy, thường cần đến sự nhận dạng của thiết bị điện tử.

Bao myelin: Lớp vỏ bằng mỡ bao quanh nơron nhận cảm và vận động giúp xung thần kinh di chuyển nhanh hơn.

Nút Ranvier: Khe hở trong bao myelin của nơron vận động hay nhận cảm, cho phép sự chuyển ion qua màng tế bào, do đó tạo ra điện thế hình thành xung thần kinh.

Cột mắt vượt trội: Cột tế bào mắt trong vỏ thị giác trong đó tế bào ở mỗi cấp phản ứng với cùng kích thích do cùng mắt tiếp nhận.

Biểu mô khứu giác: Lớp tế bào trong mũi phản ứng với kích thích hóa học trực tiếp, do đó hình thành thụ quan khứu giác.

Thể chéo thị giác: Bộ phận trong não nơi thần kinh thị giác từ mỗi mắt gặp nhau, một nửa số sợi của chúng chéo qua.

Cận tâm lý học: Nghiên cứu khoa học về các phương tiện giao tiếp hay truyền đạt thông tin bất thường. Các nhà cận tâm lý học tiến hành nghiên cứu nhận thức ngoài cảm giác, cảm giác vận động từ xa và DMILS.

Chi ma: Tên đặt cho hiện tượng cảm giác ở người bị cắt chi, vẫn còn cảm giác chi bị cắt còn và đang hoạt động cho dù đã bị phẫu thuật cắt bỏ.

Tế bào thụ quang: Tế bào đặc biệt trong võng mạc (tế bào que và tế bào nón) phản ứng với ánh sáng bằng cách thay đổi cấu trúc hóa học của chúng, do đó tạo ra xung điện.

Nhận thức trước: Hiểu biết sự kiện sẽ xảy ra trong tương lai, có vẻ biết được nhưng không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

Giả thuyết ngụy psi: Quan niệm cho rằng mọi chứng cứ đối với ảnh hưởng cận tâm lý học phát xuất từ sự giả mạo hay hiểu sai.

Psi: Một thuật ngữ chung do các nhà cận tâm lý học sử dụng để mô tả sự giao tiếp diễn ra không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

Người thí nghiệm dẫn đến psi: Người thí nghiệm tạo ra mức độ thành công cao ở những người tham gia nghiên cứu, không gian lận nhưng cũng với số người tham gia nghiên cứu ấy không thể lặp lại sự thành công của mình với những người thí nghiệm khác.

Giả thuyết psi: Quan niệm cho rằng con người có khả năng sử dụng những phương tiện truyền đạt mới, rõ ràng là không thể trong một số tình huống.

Người thí nghiệm ức chế psi: Người thí nghiệm có vẻ ức chế sự chứng minh khả năng tâm linh ở những người tham gia nghiên cứu.

Người thí nghiệm khuyến khích psi: Người thí nghiệm có vẻ tạo điều kiện thuận lợi chứng minh khả năng tâm linh ở những người tham gia nghiên cứu.

Tâm lý động học: Khả năng tâm linh trong đó cá nhân sử dụng ảnh hưởng đối với đích, qua rào chắn thông thường ngăn cản ảnh hưởng như thế.

Nghiên cứu máy tạo số ngẫu nhiên: Nghiên cứu cận tâm lý học trong tâm lý động học vi mô, trong đó người tham gia nghiên cứu cố gắng tác động một loạt số ngẫu nhiên do máy tính tạo ra.

Vấn đề tính đáng tin: Vấn đề trong cả cận tâm lý học lẫn tâm lý liệu pháp, trong đó giai đoạn nghiên cứu ban đầu có kết quả rất chắc chắn nhưng những kết quả chắc chắn này giảm dần ở các nghiên cứu hay điều trị lặp lại cho đến sau cùng kết quả chỉ là sự may rủi.

Nghiên cứu nhìn từ xa: Nghiên cứu cận tâm lý học trong đó người tham gia nghiên cứu mô tả cảnh quan hay đồ vật cụ thể đặt ở cách xa mình và không thể nhận biết bằng các phương tiện quy ước.

Sự tái tạo: Sự lặp đi lặp lại một nghiên cứu bởi các nhà nghiên cứu khác để đảm bảo rằng chứng cứ đáng tin, không phải là một tạo tác tình huống thí nghiệm cụ thể.

RNGS Xem **nghiên cứu máy tạo số ngẫu nhiên**.

Di chuyển mắt đột ngột: Cử động vô tình trong chốc lát của nhãn cầu.

Rò rỉ nhận cảm: Khi một khuyết điểm trong nghiên cứu cận tâm lý học giúp người tham gia nghiên cứu có được thông tin liên quan thông qua các kênh nhận cảm thông thường.

Nơron nhận cảm: Tế bào thần kinh tiếp nhận thông tin từ thụ quan nhận cảm và chuyển thông tin đến tế bào thần kinh trong hệ thần kinh trung ương.

Cảm giác kèm: Trạng thái trong đó đầu vào nhận cảm bị nhầm lẫn và bóp méo đến mức âm thanh cảm nhận thành xúc giác...

Liên khớp thần kinh: Khớp giữa tế bào thần kinh được nối bằng hóa chất chất truyền thần kinh.

Thần giao cách cảm: Sự truyền thông tin từ người này đến người khác không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

Sự truyền tình trạng: Quá trình chuyển đổi thông tin từ hình thức này sang hình thức khác theo nghĩa sinh lý học, như chuyển đổi sóng áp lực bao gồm âm thanh thành xung điện có thể chuyển đến não.

Ngưỡng hai điểm: Phương pháp đánh giá sự nhạy cảm ở da bao gồm hai cú găm bằng kim ở cách xa nhau bao xa được nhận dạng như những kích thích riêng biệt.

Siêu âm: Âm thanh có cường độ âm sắc quá cao đến mức tai người không thể nghe được.

Tóm tắt

1. Hệ thần kinh ngoại vi gồm thụ quan nhận cảm, chuyển cảm giác thành xung điện, và nơron chuyển thông tin ấy đến hệ thần kinh trung ương.
2. Các giác quan khác nhau có thụ quan phản ứng với các loại thông tin khác nhau. Có thụ quan thị giác, thụ quan thính giác thụ quan khứu giác và vị giác, thụ quan phản ứng với nhiệt độ và áp lực, thụ quan đau và thụ quan tự cảm
3. Thông tin nhận cảm được xử lý và giải mã trong hệ thần kinh trung ương. Cả đồi thị lẫn vỏ thị giác của não đều tham gia giải mã thông tin thị giác.
4. Cung phản xạ là sự mô tả đơn giản hoạt động của ba loại nơron chính: nơron nhận cảm, nơron đệm và nơron vận động. Những nơron này chuyển xung điện do sự tương tác điện hóa tạo ra.
5. Hệ nhận cảm biểu thị sự biến đổi tập tính và thích nghi. Ngưỡng nhận thức mô tả kích thích tối thiểu có thể tạo ra phản ứng nhận thức. Hệ nhận cảm có thể bị rối loạn tạo ra cảm giác kèm, ảo tưởng và ảo giác.
6. Các nhà cận tâm lý học tiến hành nghiên cứu cảm giác có vẻ bao gồm sự chuyển thông tin di qua các kênh nhân cảm thông thường, bao gồm nghiên cứu các nhà tâm linh gian lận cũng như nghiên cứu thí nghiệm của hiện tượng psi biểu kiến.
7. Nghiên cứu cận tâm lý học thực nghiệm bao gồm nghiên cứu ngoài cảm giác (ESP) sử dụng kỹ thuật ganzfeld, nhìn từ xa và nghiên cứu tâm lý động học vi mô. Mỗi lĩnh vực này tạo ra nhiều tranh luận mặc dù chứng cứ nghiên cứu tích lũy thường ngụ ý một số kết quả chung.
8. Điều nghiên cận tâm lý học biểu thị rằng chứng cứ chắc chắn liên kết mật thiết với nhiều người thí nghiệm và biến số tham gia, không phải xảy ra trong mọi trường hợp. Mặc dù những người hoài nghi xem đây là một khuyết điểm trong khi người khác cho rằng cùng nhân xét tương tự áp dụng cho hầu hết các khả năng đặc biệt của con người.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Phác hoạ tóm tắt cách xử lý thông tin thị giác.
2. Cung phản xạ là gì, bao gồm các loại nơron nào?
3. Ganzfeld là gì, được sử dụng trong nghiên cứu cận tâm lý học ra sao?

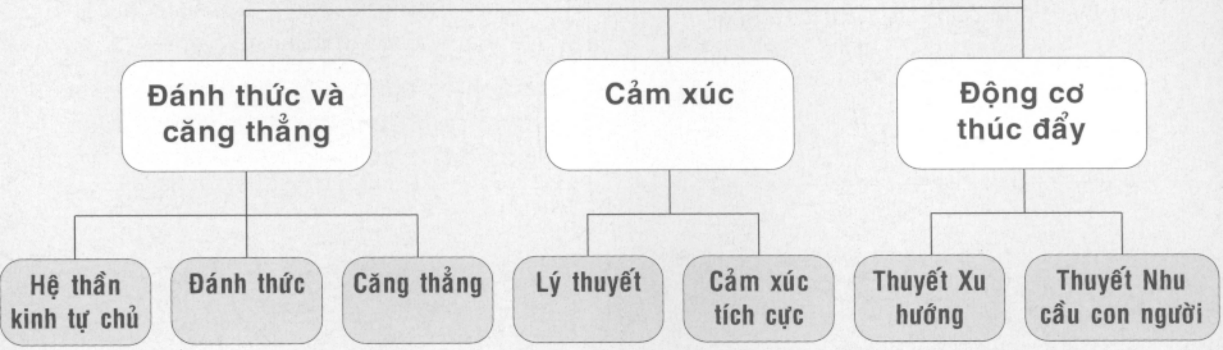
Câu hỏi thảo luận

1. Các nhà nghiên cứu cận tâm lý học gặp phải vấn đề gì khi cố gắng đánh giá hiện tượng cận tâm lý học một cách khoa học?
2. Người thí nghiệm và tác động đến người tham gia trong nghiên cứu cận tâm lý học quan trọng ra sao?
3. Hành vi được giải thích theo nghĩa hoạt động của hệ thần kinh ở mức độ nào?

chương

13

Cảm xúc và động cơ thúc đẩy


Đánh thức và căng thẳng
Cảm xúc
Động cơ thúc đẩy
Hệ thần kinh tự chủ
Đánh thức
Căng thẳng
Lý thuyết
Cảm xúc tích cực
Thuyết Xu hướng
Thuyết Nhu cầu con người

Đối tượng nghiên cứu

13.1. Sự đánh thức

a. Mô tả phương pháp nghiên cứu sự đánh thức

b. Phác họa Luật đánh thức Yerkes-Dodson

c. Đánh giá khái niệm đánh thức chung

13.2. Căng thẳng

a. Nhận dạng hậu quả căng thẳng dài hạn

b. Mô tả nghiên cứu căng thẳng dài hạn

c. Mô tả liệu pháp làm giảm căng thẳng dài hạn

13.3. Thuyết cảm xúc

a. Phân biệt giữa các lý thuyết ban đầu

b. Mô tả nghiên cứu cảm xúc

c. Nhận dạng các thuyết cảm xúc

13.4. Cảm xúc tích cực

a. Mô tả nghiên cứu cảm xúc tích cực

b. Phác họa mô hình cảm xúc tích cực của Argyle

c. Nhận dạng các chức năng chính của sự khôi hài

13.5. Thuyết xu hướng

a. Định nghĩa thuật ngữ về thuyết xu thế động cơ thúc đẩy

b. Mô tả quá trình liên quan đến việc duy trì nội hằng định

c. Nhận dạng hạn chế của thuyết xu thế động cơ thúc đẩy

13.6. Đói

a. Gọi tên cơ chế sinh lý trong sự đói

b. Mô tả nghiên cứu sự đói

c. Phác họa chứng cứ sự đói điều tiết trọng lượng sinh học thích hợp

13.7. Khám phá và động cơ

a. Nhận dạng ngụ ý trong nghiên cứu khám phá

b. Mô tả nghiên cứu kích thích điện não

c. Phân biệt giữa động cơ và phần thưởng

13.8. Động cơ thúc đẩy ở người

a. Mô tả nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu

b. Đánh giá thuyết nhu cầu con người của Maslow

c. Mô tả nhu cầu do Rogers và Harré nhận dạng

Sự tương tác sinh lý với cảm giác là sự tương tác phức tạp, chúng ta vẫn chưa hiểu biết nhiều về cách hoạt động của nó. Trong một số trường hợp, chúng ta phát hiện những gì có vẻ như là sự liên kết rõ nét giữa cơ chế sinh lý và cảm giác ở người. Trong những trường hợp khác chúng ta nhận thấy phải bao gồm các mức độ giải thích khác kể cả yếu tố xã hội và cá nhân mới có được bức tranh thực tế về những gì đang diễn ra. Trong chương này, chúng ta khảo sát một số cơ chế sinh lý có vẻ liên quan đến cảm xúc và động cơ thúc đẩy nhưng chúng ta cũng khảo sát nghiên cứu tâm lý học ở những chủ đề này trong một bối cảnh rộng hơn – xét đến yếu tố nhận thức, xã hội, văn hóa và cá nhân có thể ảnh hưởng đến cả cảm xúc lẫn động cơ thúc đẩy.

ĐÁNH THỨC VÀ CĂNG THẲNG

Để hiểu về sự tương tác giữa sinh lý học và kinh nghiệm cảm xúc, chúng ta cần khởi đầu bằng việc xét đến cơ chế sinh lý liên quan. Phần lớn cảm giác căng thẳng và cảm xúc tiêu cực chịu ảnh hưởng của hoạt động từ hệ thần kinh tự chủ và những gì chúng ta thường ám chỉ rất chung chung là sự đánh thức.

HỆ THẦN KINH TỰ CHỦ

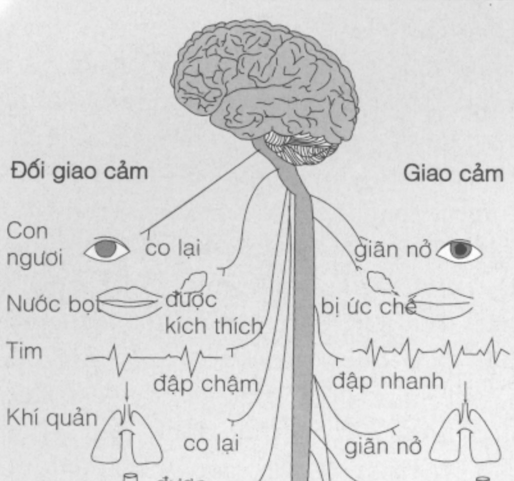
Hệ thần kinh tự chủ là tên chung để gọi hệ thống các sợi thần kinh không bao myelin chạy từ tủy sống và những vùng phía dưới não đến các cơ quan bên trong và nhận cảm của cơ thể (Hình 13.1). Bộ phận hệ thần kinh này khác với hệ thần kinh trung ương chúng ta đã xét trong Chương 10, liên quan đến "trạng thái" chung của cơ thể hơn là hành vi cụ thể như nói chuyện hay cử động. Cấu trúc hệ thần kinh tự chủ hay **ANS** phản ánh hai loại "trạng thái" khác nhau. **Phân chia giao cảm** liên quan đến trạng thái được kích hoạt cao và chuẩn bị hành động trong khi **phân chia đối giao cảm** liên quan đến trạng thái phục hồi và yên tĩnh.

Phân chia giao cảm ANS

Sự kích hoạt phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ thường gọi bằng một thuật ngữ chung **sự đánh thức.** Lý do giải thích điều này là nó tạo ra nhiều sự thay đổi sinh lý khác nhau trong cơ thể, mỗi thay đổi làm cho cá nhân hoạt động và hoạt bát hơn. Các sợi trong phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ đi từ tủy và tủy sống đến nội tạng (cơ quan bên trong cơ thể), và thay đổi cách hoạt động khi chúng được kích hoạt theo cách này. Mỗi thay đổi này góp phần cho trạng thái nhanh nhẹn và sẵn sàng hành động mà chúng ta gọi là "đánh thức".

Nếu chuẩn bị cho nhiều hoạt động, thì chúng ta cần đảm bảo rằng cơ bắp phải rắn chắc, có đủ lượng đường trong máu và ôxy cần cho hoạt động. Vì thế lá lách phóng thích số hồng huyết cầu lưu trữ sao cho máu mang nhiều ôxy hơn, tim đập nhanh hơn, làm máu tuần hoàn khắp

Hình 13.1 Hệ thần kinh tự chủ

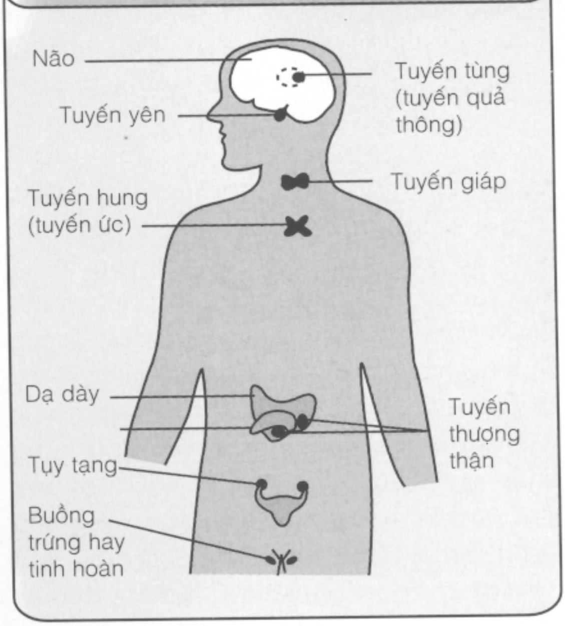


cơ thể nhanh hơn, bổ sung lượng ôxy cung cấp nhanh hơn, hơi thở sâu hơn, đưa nhiều ôxy vào phổi hơn. Hệ tiêu hóa cũng thay đổi cách hoạt động sao cho đường được chuyển hóa nhanh hơn để tạo ra năng lượng thường xuyên hơn, nhưng thức ăn cần sự tiêu hóa trong thời gian dài hơn, như chất đạm và chất béo mất nhiều thời gian hơn.

Những thay đổi này đôi lúc được mô tả là **phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy.** Theo nghĩa tiến hóa, đây là phản ứng làm tối đa hóa khả năng sống còn của động vật khi hiểm họa đang đe dọa, bằng cách giúp động vật tạo ra nhiều năng lượng hơn để giúp động vật đấu tranh chống lại hay bỏ chạy. Trong tình huống ấy, cơ thể cần chuẩn bị cho tình trạng tổn thương mô, vì thế các tiểu cầu máu bổ sung, giúp máu đông được tạo ra và phân phối khắp mạch máu, não tạo ra endorphins: chất truyền thần kinh ngăn cản cảm giác đau tức thời do chấn thương gây ra. Cũng như với sự tiêu hóa, các quá trình mất thời gian lâu hơn, giống như hoạt động của hệ miễn dịch dài hạn, bị kiềm chế cho đến khi phản ứng đấu tranh kết thúc.

Có nhiều đặc điểm khác trong phản ứng đấu tranh, bao gồm lượng mồ hôi tiết ra gia tăng – một trong những cơ chế làm mát cơ thể – giúp giải quyết nhiệt do hoạt động cơ bắp tích cực tạo ra. Trong tình trạng đánh thức, chúng ta nhanh nhẹn hơn: con ngươi mắt mở rộng, ngưỡng nhận thức hạ thấp, tạo ra khả năng tiếp nhận kích thích bên ngoài gia tăng. Mỗi thay đổi này giúp cơ thể tạo ra và sử dụng năng lượng. Phản ứng đánh thức không phải lúc nào cũng ấn tượng như phản ứng đấu tranh – mặc dù chúng ta có thể bị đánh thức ôn hòa cũng như cực đoan.

Hình 13.2 Hệ nội tiết



Bảng 13.1 Những tuyến nội tiết và chức năng của nó

Tuyến tùng: Điều tiết thay đổi theo mùa và nhịp hoạt động ban ngày.

Tuyến yên: Tác động như "kiểm soát chính" đối với tất cả tuyến khác trong hệ thống, cũng như kiểm soát sự thay đổi sinh sản và tiết sữa.

Tuyến giáp: Điều tiết sự tăng trưởng và tỷ số chuyển hóa cơ thể.

Tuyến hung: Điều tiết hệ thống tự miễn dịch của cơ thể.

Tuyến thượng thận: Kiểm soát lượng đường trong máu, tham gia tình trạng phóng thích năng lượng và cảm xúc thông qua nội tiết tố adrenaline.

Các tuyến sinh dục: Tiết nội tiết tố chịu trách nhiệm phát triển tình dục và đặc điểm tình dục thứ cấp.

Thay đổi sinh lý liên quan đến đánh thức được các xung thần kinh từ phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ kích thích, nhưng chúng được duy trì bằng tác động của **hệ nội tiết** (Hình 13.2). Đây là một loạt các tuyến tiết nội tiết tố vào mạch máu, qua đó giúp duy trì tình trạng không đổi trong cơ thể (Bảng 13.1). Nội tiết tố liên quan đến căng thẳng và đánh thức do tuyến yên và tuyến thượng thận tiết ra tiếp theo sau sự kích thích từ các sợi thần kinh giao cảm của ANS.

Tuyến yên tiết ra **glucocorticoid**, liên quan đến chức năng phục hồi mô và tiêu hóa – chuyển đổi lượng mỡ dự trữ thành glucose và kiềm chế phản ứng miễn dịch – vì thế nghiên cứu sinh lý phản ứng căng thẳng thường đánh giá lượng glucocorticoid trong máu hay nước tiểu. Tác động đến sự cung cấp hóa học từ đồi thị, tuyến yên cũng tiết ra "nội tiết tố thông tin" gọi là **nội tiết tố adrenocorticotrophic** (ACTH), kích thích tuyến thượng thận tiết chất adrenaline vào mạch máu. Adrenaline chủ yếu liên quan đến việc duy trì mức độ hoạt động cơ bắp và lượng máu cung cấp phù hợp, vì thế tiêm adrenaline sẽ tạo ra sự gia tăng trong nhịp đập của tim, huyết áp và tiết mồ hôi.

Phân chia đối giao cảm của ANS

Hoạt động phân chia đối giao cảm của ANS kém ấn tượng hơn hoạt động phân chia giao cảm. Có lẽ như một kết quả chắc chắn, chúng nhận được ít sự chú ý từ giới nghiên cứu. Các sợi thần kinh đối giao cảm chạy từ tủy và cuống não đến các cơ quan bên trong, và sự kích thích từ nhiều sợi có tác dụng tương tác với các sợi thuộc phân chia giao cảm mặc dù đây không phải là hình ảnh phản ánh chính xác.

Vì nhiều lý do thực tế, hai phản ứng này có thể xem là tác động trái ngược. Chẳng hạn: nơi tác động giao cảm làm giãn nở con ngươi mắt thì tác động đối giao cảm làm con ngươi thu nhỏ, khi tác động giao cảm làm tăng nhịp tim thì tác động đối giao cảm làm giảm, khi tiêu hóa dài hạn hiệu quả bị tác động giao cảm ức chế thì tác động đối giao cảm kích thích, v.v... Về cơ bản, phân chia đối giao cảm của ANS liên quan đến việc phục hồi tài nguyên cơ thể: kích thích phục hồi mô và lưu trữ đường như các chất béo cho nhu cầu năng lượng sau này.

Mặc dù hai phân chia hoạt động trong những thời điểm khác nhau, có vẻ phân chia đối giao cảm tự động bị kích hoạt khi hoạt động căng thẳng trong phân chia giao cảm biến mất. Chẳng hạn tập thể dục cường độ căng thẳng kích hoạt phân chia giao cảm nhưng sau đó tiếp đến là một thời kỳ không hoạt động với sự hoạt động đối giao cảm. Nhưng phân chia đối giao cảm của ANS cũng hoạt động ở những thời điểm khác: chẳng hạn trong thời kỳ thư giãn sau khi ăn cơm no.

SỰ ĐÁNH THỨC

Khái niệm đánh thức liên quan đến hoạt động của ANS và tác động của nó đến hành vi ở con người. Như chúng ta đã biết, hai phân chia ANS - phân chia giao cảm và phân chia đối giao cảm – có những tác động khác nhau. Chức năng của phân chia giao cảm (nói chung) là phải chuẩn bị cho cơ thể hành động trong khi phân chia đối giao cảm (nói chung) liên quan đến sự nghỉ ngơi và dự trữ năng lượng sử dụng sau này.

Quan tâm tâm lý học trong sự đánh thức thường tập trung vào mối quan hệ giữa điều kiện đánh thức sinh lý và kinh nghiệm cảm xúc. Các thời kỳ hoạt động sinh lý cao, chẳng hạn như tập thể dục cường độ căng thẳng, đi kèm với các mức adrenaline cao và tất cả các triệu chứng khác của tình trạng đánh thức nói chung. Nhưng tình trạng đánh thức cũng đi kèm với các trạng thái cảm xúc: sợ hãi và giận dữ. Một số chứng cứ cho thấy cảm giác đánh thức có vẻ tương tác phản xạ với những cảm xúc này, củng cố cho nhau. Chúng ta khảo sát điều này chi tiết hơn vào cuối chương, khi tìm hiểu một số lý thuyết cảm xúc do các nhà tâm lý học đưa ra.

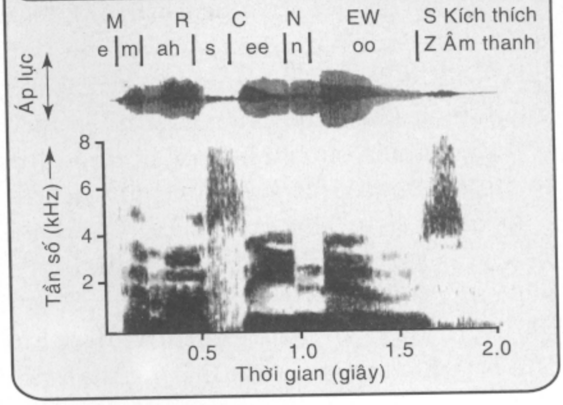
Đánh giá sự đánh thức

Như chúng ta đã biết, thay đổi mức độ đánh thức tự chủ tạo ra nhiều thay đổi sinh lý. Những thay đổi này dễ phát hiện, có thể đánh giá theo nhiều cách khác nhau. Thay đổi dễ thấy nhất dĩ nhiên liên quan đến thay đổi sắc mặt do cảm xúc – vẻ tái nhợt nhất là trong trường hợp sợ hãi hay mặt đỏ bừng trong trường hợp giận dữ hay khó chịu. Cũng có những dấu hiệu đánh thức dễ thấy khác, ai cũng đều biết như cơ co giật, và thay đổi trong nhịp thở.

Những dấu hiệu đánh thức bên ngoài này rất dễ thay đổi: một số người thể hiện cảm xúc dễ hơn người khác. Một dấu chỉ báo đánh thức đáng tin hơn là **phản ứng kích thích da (GSR)**, là cách đánh giá da dẫn điện nhiều hay ít. Khi lo âu hay bị đánh thức bằng một số cách khác, chúng ta đổ mồ hôi, điều này làm thay đổi tính dẫn điện ở da. Ngay cả trong một kích thích rất nhẹ tạo sự lo âu, như suy nghĩ lo âu, tạo sự thay đổi trong tính dẫn điện ở da, điều này được các điện cực gắn vào da phát hiện.

Hệ thống đánh giá căng thẳng hay đánh thức khác là sử dụng **máy phân tích cường độ giọng nói.** Thanh âm rung diễn ra tự nhiên nhưng khi lo âu, giận dữ hay hoảng sợ, các cơ phát âm của chúng ta căng thẳng hơn làm thay đổi âm thanh. Mặc dù qua rèn luyện người ta học cách che giấu hầu hết sự căng thẳng này sao cho lời nói của họ hầu như nghe bình thường nhưng vẫn còn mang âm sắc hơi bị "kiềm chế" vì sự rung tự nhiên bị kiềm chế do cố gắng duy trì sự kiểm soát. Điều này thể hiện rõ trong phân tích lời nói bằng **máy phổ ký âm thanh** – hình ảnh âm thanh thị giác (Hình 13.3). Lời nói bình thường thể hiện một dạng sóng chung, chồng lên những thay đổi về âm sắc và âm lời vừa nói. Lời nói được nhấn mạnh thì không – mẫu phản ánh sự thay đổi trong lời nói và âm không có sự thay đổi nhịp điệu đều đặn.

Hình 13.3 Máy phổ ký âm thanh đo giọng nói con người



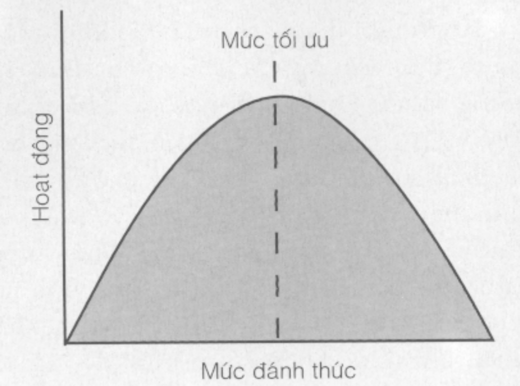
©MRC News, Nguồn: Rosen, 1991

Công cụ thực tế nhất để có được đánh giá chung các mức độ đánh thức được gọi là **thiết bị sao chụp nhiều lần**. 'Poly' có nghĩa là 'nhiều', công cụ này được gọi là **polygraph** là vì nó phối hợp nhiều cách đánh giá các dấu chỉ báo đánh thức khác nhau, chẳng hạn như GSR, nhịp xung, nhịp tim và huyết áp. Sau đó kết hợp thông tin để có đánh giá chung về mức đánh thức. "máy phát hiện nói dối" là polygraph phát hiện các mức đánh thức, hoạt động theo nguyên tắc khi nói dối, con người lo âu hơn là lúc họ nói thực vì sự lo âu tạo ra đánh thức theo cách giống với các nguồn căng thẳng khác nên polygraph phát hiện sự khác nhau trong mức độ đánh thức giữa lời nói dối và lời nói thật thông thường. Nhưng có lẽ bạn cũng phát hiện ra trở ngại ở loại máy này: vì đây chỉ là sự đánh thức sinh lý đang được đánh giá nên không thể cho biết sự khác nhau giữa câu nói thật tạo ra sự lo âu và lời nói dối.

Luật đánh thức Yerkes-Dodson

Có những mức độ đánh thức – chúng ta có thể bị đánh thức ôn hòa hay cực đoan. Mức độ đánh thức nói chung mà chúng ta trải qua đều ảnh hưởng đến hoạt động. Điều này liên quan đến nguyên lý gọi là **luật đánh thức Yerkes-Dodson** liên quan đến việc mô tả mối quan hệ giữa trạng thái đánh thức ở cá nhân và kết quả hoạt động của cá nhân đối với nhiệm vụ đã cho. Theo luật Yerkes-Dodson, mối quan hệ này có thể diễn tả bằng đồ thị như một

Hình 13.4 Đường cong Yerkes-Dodson



đường cong chữ U lộn ngược (xem Hình 13.4). Nói cách khác, sự đánh thức cải thiện hoạt động chỉ tới một điểm chứ không khỏi điểm ấy, hoạt động bắt đầu giảm sút. Mức độ đánh thức ôn hòa sẽ giúp chúng ta làm việc tốt hơn, mức độ cực đoan sẽ làm hỏng hoạt động của chúng ta. Vì thế trạng thái tốt nhất – trạng thái tối ưu là một trạng thái trong đó mức đánh thức không quá cao hay quá thấp.

Mức đánh thức tối ưu thay đổi đối với các nhiệm vụ khác nhau, ở nhiệm vụ phức tạp thể hiện **sự giảm sút hoạt động** ban đầu hơn nhiệm vụ đơn giản, ở cùng mức đánh thức. Nói cách khác, nếu chúng ta thực hiện một nhiệm vụ tương đối đơn giản thì có thể thích ứng với một dải mức đánh thức lớn hơn nhiều – đường cong phẳng hơn. Chẳng hạn nếu bạn giặt quần áo, bạn không làm tốt nếu trạng thái đánh thức ở mức rất thấp, cũng như nếu bạn buồn ngủ nhưng thực ra rất bối rối trước khi bắt đầu làm hỏng việc (nghĩa là vô tình). Nhưng nếu bạn tham gia một nhiệm vụ phức tạp, như cố gắng viết một tiểu luận thì bạn cần được đánh thức nhiều hơn – hay ít ra phải nhanh nhẹn – trước khi bắt đầu. Tuy nhiên sự bối rối cũng cản trở khả năng viết tiểu luận cũng nhiều như cản trở khả năng bạn giặt quần áo.

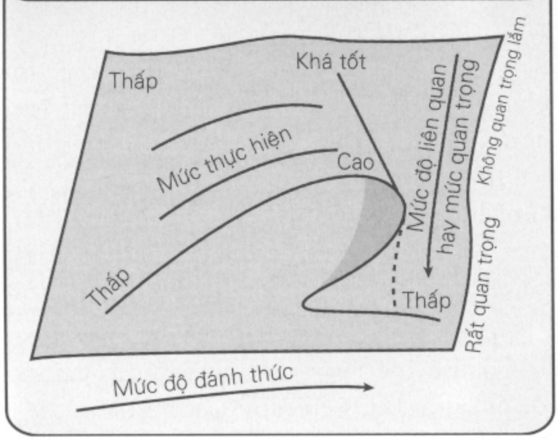
Như chúng ta đã biết trong Chương 2, minh họa luật Yerkes-Dodson do Stroh (1971) cung cấp khi nghiên cứu sự chú ý được duy trì sử dụng nhịp alpha xảy ra tự phát trong điện não đồ để cung cấp cách đánh giá sự thư giãn – những người thư giãn có điện não đồ nhiều nhịp alpha hơn người được đánh thức. Stroh nhận thấy khi những người tham gia nghiên cứu tiến hành nhiệm vụ cảnh giác rất nhàm chán, một số biểu hiện hoạt động alpha nhiều hơn trong khi số khác biểu hiện ít hơn trước khi một tín hiệu mất hút.

Có thể hiểu rằng những người chứng tỏ mất dấu tín hiệu nhiều hơn vì cho thấy rằng họ thoải mái hơn, vì thế họ không tập trung. Nhưng việc tìm ra chứng cứ khác đang gây lúng túng. Khi nghiên cứu, Stroh phát hiện ra những người có hoạt động alpha thấp hơn trước khi mất tín hiệu, thường trẻ hơn và nóng tính hơn nhóm khác. Stroh phỏng đoán rằng những gì diễn ra là mức độ đánh thức của họ quá cao đến mức không thể hoạt động hiệu quả được. Họ đã vượt quá mức độ đánh thức tối ưu trên đường cong hình chữ U lộn ngược.

Hardy (1988) bổ sung nguyên lý đánh thức Yerkes-Dodson, cho rằng nghiên cứu vận động viên hàm ý rằng hình chữ U lộn ngược không phải là phản ánh thực mối quan hệ giữa đánh thức và hoạt động. Hình chữ U lộn ngược ngụ ý rằng nếu bạn giận dữ hay bối rối cản trở hoạt động thì chỉ cần trấn tĩnh một chút là sẽ phục hồi trở lại mức độ cao đã có khi trước. Nhưng trong hoạt động thể thao cần nhiều năng lượng, theo Hardy không giống như thế. Nếu vận động viên khó chịu đến mức cản trở hoạt động của mình thì họ phải trấn tĩnh nhiều chứ không phải là ít trước khi dần dần trở lại đỉnh cao hoạt động.

Hardy nêu ra **thuyết tai họa** cung cấp một mô hình tốt hơn để miêu tả mối quan hệ giữa hoạt động và đánh thức. Trong mô hình này, đường cong thay đổi dần dần đến một điểm, nhưng sau đó có sự gián đoạn – thay đổi đột ngột và nhanh

Hình 13.5 Mô hình tai họa



(Hình 13.5). Mô hình này theo Hardy, phản ánh chính xác hơn sự sút giảm đột ngột trong hoạt động do những cực đoan đánh thức tạo ra trong tranh tài và cũng giải thích tại sao vận động viên phải khó nhọc đến thế mới trở lại hoạt động đỉnh cao một khi họ bị bối rối, khó chịu.

Vấn đề trong khái niệm đánh thức

Nhiều vấn đề phát sinh khái niệm đánh thức trong thực tế hữu ích ra sao, kết quả một số cuộc nghiên cứu đánh thức chi tiết do các nhà nghiên cứu tiến hành chứng minh rằng, mặc dù chúng có vẻ ngoài giống nhau nhưng các trạng thái đánh thức do nhiều loại kích thích hay cảm xúc khác nhau, thực ra liên quan đến các kết quả sinh lý hoàn toàn khác nhau. Đầu năm 1955 chẳng hạn Funkenstein chứng minh rằng có những khác biệt sinh lý trong loại đánh thức do lo sợ và giận dữ tạo ra, nhận dạng phản ứng sợ giống như phản ứng do tiêm adrenaline tạo ra và phản ứng sợ giống như phản ứng do tiêm noradrenaline tạo ra.

Khi đề cập những vấn đề này, Gale (1981) chỉ rõ thuật ngữ "đánh thức" sử dụng trong quá nhiều bối cảnh khác nhau và để mô tả quá nhiều loại phản ứng khác nhau đến nỗi không thể phát biểu chính xác đang đánh giá điều gì và những hình thức đánh thức khác nhau mà các nhà nghiên cứu khảo sát thực tế có những điểm chung nào.

Tuy nhiên theo Green (1987) khái niệm đánh thức chung là khái niệm hữu ích trong nhiều khía cạnh nhất là khi chúng ta cố gắng nghiên cứu các mẫu rộng hơn là phản ứng cụ thể hay khi chúng ta cố tìm hiểu cảm giác hàng ngày. Mặc dù chúng ta cần nên nhớ rằng khái niệm đánh thức tự chủ là sự khái quát hóa tập trung quanh nhiều loại phản ứng khác nhau khi được khảo sát ở mức độ cực kỳ chi tiết chứ không phải là một khái niệm hoàn toàn chính xác.

Một số người chỉ trích chất vấn trạng thái đánh thức do thí nghiệm tạo ra tái tạo sự đánh thức xảy ra trong đời sống thực giống đến mức nào. Chẳng hạn: một trong những vấn đề mà các nhà tâm lý học nghiên cứu giận dữ phải đối mặt là định nghĩa "giận dữ" thực ra có nghĩa gì. Rose, Kamin và Lewontin (1984) nêu rõ khi các nhà nghiên cứu sử dụng thuật ngữ "gây hấn" họ thường ám chỉ nhiều khái niệm rất khác nhau, và cũng như cách chúng ta sử dụng từ "giận dữ".

Chúng ta tìm hiểu điều này rõ ràng hơn khi nghiên cứu cách định nghĩa cảm giác khác nhau mà chúng ta thường gọi là "giận dữ" ở các cộng đồng khác nhau. Lutz (1990), trong một nghiên cứu nhân chủng học về dân tộc Ifaluk ở Micronesia, phát hiện rằng ngôn ngữ của họ bao gồm từ ít nhất có 5 loại giận dữ khác nhau, mỗi loại phân biệt rất rõ. Chúng ta nhìn thấy trong Bảng 13.2 rằng, mỗi từ ám chỉ một loại giận dữ khác nhau, chúng ta nhận biết những cảm giác khác nhau mà họ mô tả. Nhưng trong ngôn ngữ của chúng ta, mỗi loại cảm giác này đều gộp thành một từ, "giận dữ" trong khi trong ngôn ngữ Ifaluk chúng hoàn toàn khác nhau.

Điều này có nhiều ngụ ý trong nghiên cứu vì thực tế chúng ta không phân biệt được rõ ràng trong ngôn ngữ của mình có nghĩa là chúng ta thường nhầm lẫn đến

Bảng 13.2 Các loại giận dữ

Tipmochmoch	Cảm giác khó chịu thường gặp ở người đang ốm.
nguch	Sự khó chịu xảy ra khi người thân không thực hiện nghĩa vụ của mình.
tang	Loại giận dữ phát sinh từ thất vọng hay tình trạng bất lực khi đối mặt với nghịch cảnh riêng hay một số sự bất công khác không thể giải quyết được.
lingeringer	Giận dữ hình thành dần dần khi toàn bộ các sự kiện khó chịu không đáng kể đang diễn ra.
song	Cảm giác "giận dữ có thể biện minh" hay sự phẫn nộ chính đáng.

mức tất cả các nhà nghiên cứu khảo sát "giận dữ" nhưng thực tế lại nghiên cứu những cảm giác rất khác nhau. Do đó, kết quả các nhà nghiên cứu chỉ khảo sát một loại giận dữ đặc trưng và sử dụng những khảo sát ấy để rút ra kết luận về "giận dữ" nói chung.

CĂNG THẲNG

Phản ứng tức thời đối với các sự kiện gợi ra căng thẳng hay lo âu như chúng ta đã biết, tạo ra mức độ đánh thức sinh lý cao. Nhưng điều gì xảy ra khi đe dọa hoàn toàn biến mất? Phản ứng đấu tranh rất tốn kém theo nghĩa năng lượng, không phải là loại mà cơ thể có thể duy trì trong thời gian rất dài. Tuy nhiên, trong đời sống hiện đại, đe dọa nhận thức hiếm khi được phản ứng bằng hành động cụ thể. Ngoài ra, chúng thường liên tục và không đặc trưng – sự lo âu thường xuyên rằng khủng hoảng tài chánh sẽ dẫn đến sự mất nhà chẳng hạn thể hiện mối đe dọa nhận thức cấp tính, nhưng đang diễn ra không có hình dạng vật lý trực tiếp.

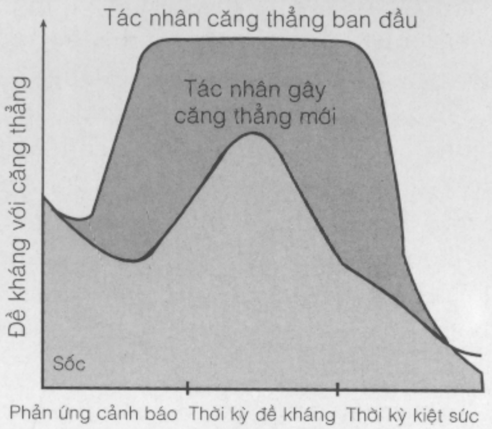
Hội chứng thích nghi chung

Năm 1956, Selye nhận dạng những gì được gọi là **hội chứng thích nghi chung (GAS),** mô hình mô tả con người và động vật phản ứng với căng thẳng dài hạn (Hình 13.6). Selye nhận dạng 3 thời kỳ hội chứng thích nghi chung. Thời kỳ thứ nhất là **thời kỳ cảnh báo** bao gồm phản ứng "đấu tranh", vì thế kích hoạt phân chia giao cảm của ANS. Ở động vật, thời kỳ này được thể hiện tạo ra sự nở to tuyến thượng thận, co rút tuyến hung và các hạch bạch huyết, đôi khi loét thành dạ dày.

Tuy nhiên khi căng thẳng tiếp tục, cơ thể cố gắng trở lại chức năng hoạt động bình thường trong khi cùng lúc đối phó với lượng adrenaline đang tăng trong mạch máu và tác động do nó tạo ra. Đây là thời kỳ thứ hai mà Selye mô tả là **thời kỳ đề kháng.** Chuột bị căng thẳng do lạnh kéo dài ở mức đủ lâu để bước vào thời kỳ này còn sống sót với thân nhiệt thấp hơn số chuột đã chịu cảm giác loại này dài hạn.

Thời kỳ thứ ba diễn ra khi cơ thể hoàn toàn mất hết năng lượng dự trữ, kết quả là **sự kiệt sức.** Trong thời kỳ sau cùng này, hội chứng thích nghi chung mang

Hình 13.6 Hội chứng thích nghi chung



Khi đã đối phó với một tác nhân căng thẳng dài hạn, tác nhân căng thẳng mới tạo ra sự đề kháng bị sút giảm phần lớn.

đặc điểm nhịp tim, huyết áp, v.v... trở lại mức bình thường nhưng có thể nhận dạng bằng lượng adrenaline còn lại trong mạch máu rất cao, tạo ra phản ứng tức thời, mạnh, đôi khi quá độ đối với các nguồn căng thẳng bổ sung thậm chí chỉ ở mức ôn hòa. Selye chứng minh rằng nếu động vật gặp hội chứng thích nghi chung, sẽ biểu hiện sự đề kháng trước kích thích tạo căng thẳng thấp hơn nhiều so với động vật không ở trong trạng thái này.

Công trình của Selye dẫn đến sự phát triển hai lĩnh vực nghiên cứu mới. Một trong số này là sự phát triển **miễn dịch học tâm lý,** nghiên cứu mối quan hệ giữa các yếu tố tâm lý với hệ miễn dịch của cơ thể. Thứ hai là sự tìm hiểu quỹ **tích kiểm soát,** và loại chiến lược thích ứng giảm thiểu tác động bất lợi của căng thẳng dài hạn.

Miễn dịch học tâm lý

Nhiều nhà nghiên cứu bắt đầu khảo sát các yếu tố tâm lý chẳng hạn như căng thẳng dài hạn có thể làm cho con người (và động vật) nhạy cảm với bệnh tật ra sao. Một trong những chứng cứ quan trọng nhất nổi bật từ kết quả của sự quan tâm này là phác họa hậu quả sinh lý của căng thẳng dài hạn - như chúng ta đã biết, hóa ra rất khác với phản ứng của cơ thể trong tình huống khẩn cấp.

Hệ miễn dịch là một trong những hệ thống phức tạp nhất của cơ thể, bao gồm nhiều sự phòng thủ mà cơ thể đang có để tự bảo vệ mình chống lại bệnh tật. Như là tuyến phòng thủ thứ nhất, bạch huyết cầu bảo vệ cơ thể và hệ bạch huyết, tìm kiếm những sinh vật lạ chẳng hạn như vi khuẩn, nấm và virus, trong khi những tế bào tiêu diệt tự nhiên tuần tiễu khắp các mô cơ thể, tiêu diệt tế bào bị nhiễm virus hay biến thành tế bào ung thư.

Có hai loại phản ứng miễn dịch mà cơ thể tạo ra. **Phản ứng miễn dịch không đặc trưng** là những phản ứng chung, giải quyết nhiều vấn đề khác nhau. Một trong số này là phản ứng viêm, trong đó mô tổn thương viêm đỏ vì máu và bạch huyết cung cấp đến vùng này gia tăng. Những chất tiết này cũng thu hút bạch huyết cầu, loại bỏ những mảnh vụn do tế bào của chính cơ thể tạo ra và mọi tế bào lạ đang xâm nhập bất kỳ. Phản ứng không đặc trưng khác xảy ra khi tế bào bị nhiễm một số loại virus, làm cho tế bào tiết ra một hóa chất gọi là chất ức chế sinh sản, ngăn cản virus sản sinh và làm nhiễm trùng các tế bào khác. Những phòng thủ chung này là cách giải quyết nhiễm trùng nhỏ của cơ thể chẳng hạn như vết dứt hay cắt bỏ.

Phản ứng miễn dịch đặc trưng mục tiêu tấn công những kẻ xâm nhập cụ thể chẳng hạn như sinh vật gây bệnh sởi, đậu mùa hay bại liệt. Phần lớn phản ứng này là do hóa chất tạo ra: hệ miễn dịch học cách nhận biết chất đạm là những chất kháng nguyên, nằm trên bề mặt của vi khuẩn đang xâm nhập, và tạo ra một tập hợp các chất kháng thể, gọi là globulin miễn dịch, tìm kiếm và tiêu diệt những vi khuẩn cụ thể ấy. Sự miễn dịch hoạt động trên nguyên tắc: bằng cách cho cơ thể tiếp xúc với vi khuẩn bại liệt hay đậu mùa ôn hòa, vô hại, hệ miễn dịch được "dạy" cách nhận biết những vi khuẩn ấy, sao cho nếu chúng xâm nhập cơ thể lần nữa thì sẽ bị phát hiện và tiêu diệt.

Một số phản ứng miễn dịch đặc trưng do chính tế bào nghĩ ra. Tế bào đặc biệt, còn gọi là tế bào lympho T do tuyến hung tạo ra. Những tế bào này cũng tạo ra chất kháng thể, nhưng thay vì lưu thông tự do khắp hệ thống thì chúng vẫn bám vào bề mặt tế bào. Khi một kẻ xâm nhập chẳng hạn như nấm, virus hay ký sinh trùng xâm nhập vào vùng tế bào, chất kháng nguyên nằm trên bề mặt bám vào chất kháng thể nằm trên bề mặt của tế bào lympho T, tế bào phản ứng bằng cách trực tiếp tiêu diệt kẻ xâm nhập hay phát ra thông tin kêu gọi các bạch huyết cầu khác đến để tiêu diệt.

Vấn đề là căng thẳng làm gia tăng sự tiết chất glucocorticoid trong máu, qua một thời gian dài, những chất glucocorticoid này tự gắn bó với bạch huyết cầu và làm giảm hiệu quả của chúng. Solomon (1963) chứng minh rằng kết quả đáng kể của hội chứng thích nghi chung có vẻ là sự đề kháng đối với bệnh tật thấp hơn, khuynh hướng cảm thấy mỏi mệt và suy nhược chung. Hậu quả sinh lý dài hạn cũng được nhận biết, dưới dạng ngày càng cáu kỉnh và có vẻ mặt bi quan. Qua thời gian điều này dẫn đến cách nghĩ vô cùng tiêu cực trong thực tế làm căng thẳng kéo dài ảnh hưởng đến cá nhân.

Người ta nghĩ rằng phần lớn đặc điểm của hội chứng gọi là **đốt sạch,** ảnh hưởng đến những người trong việc giúp những người chuyên môn trong công tác xã hội, giảng dạy hay điều dưỡng, có thể quy kết là do sự phối hợp những yếu tố này. Căng thẳng dài hạn mà những người này chịu đựng tạo ra hội chứng thích nghi chung, làm giảm khả năng chịu đựng tinh thần và thể xác, và cảm giác của họ là cảm giác bất lực trong những tình huống công tác, làm cho căng thẳng của họ nhiều hơn, trầm trọng hơn.

Nhiều nghiên cứu ám chỉ sự liên kết giữa căng thẳng dài hạn và bệnh tật nhẹ mặc dù khó chắc chắn rằng chính căng thẳng tạo ra hậu quả. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu của Glaser và người khác (1987), sinh viên y khoa chứng minh sự thay đổi dễ nhận thấy trong hệ miễn dịch của mình thường thời gian thi. Họ cũng báo cáo rằng bị cảm ho trong thời gian thi nhiều hơn thời gian khác, nhưng khía cạnh nghiên cứu này không được kiểm soát hoàn toàn trong thực tế: như Watson và Pennebaker (1989) nêu rõ, có thể sinh viên cho rằng mình bệnh trong những thời điểm ấy hay để ý đến nó nhiều hơn vì họ nhận thấy cảm giác bệnh thậm chí khó chịu hơn các tác nhân căng thẳng khác.

Những nghiên cứu khác cũng cho thấy sự thay đổi trong hệ miễn dịch do kết quả căng thẳng. Chẳng hạn, Irwin và người khác (1988) lấy mẫu máu ở số phụ nữ chồng chết mới đây, nhận thấy họ thể hiện hoạt động tế bào tiêu diệt tự nhiên trong 6 tháng sau khi làm đám ma chồng kém hơn rất nhiều các thời điểm khác.

Chữa trị bệnh trong các xã hội phi công nghiệp thường thể hiện sự thừa nhận căng thẳng dài hạn có thể làm giảm sức đề kháng đối với bệnh tật. Horton (1967) đề cập những người hành nghề y truyền thống ở châu Phi, đôi lúc bị gọi một cách xúc phạm là "thầy lang phù thủy" đi khắp nơi để trị bệnh truyền nhiễm. Thông thường họ sẽ trò chuyện với bệnh nhân về những gì đã diễn ra thường trong cuộc sống, tìm kiếm các nguồn căng thẳng xã hội như gây gỗ hay bất hòa với bạn bè hay người thân. Đối với phương Tây, điều này không thật là vô nghĩa, vì chúng ta "biết" rằng những căn bệnh này là do nhiễm trùng. Nhưng Horton nêu rõ rằng, trong một quốc gia có tỉ lệ trẻ em tử vong cao, trẻ nào sống sót đến tuổi trưởng thành chắc chắn có sự miễn dịch tự nhiên cao.

Vì thế, vấn đề thực sự là sự nhiễm trùng có hay không mà là tại sao con người có thể bị nhiễm – nói cách khác, tại sao hệ miễn dịch của họ kém hiệu quả hơn thông thường. Trong bối cảnh này và dựa vào những gì chúng ta phát hiện về những yếu tố tâm lý học trong bệnh tật, quan niệm cho rằng căng thẳng xã hội có thể là một yếu tố quan trọng có nhiều ý nghĩa hơn. Vì phần lớn tiếp cận của người hành nghề y truyền thống là phải giải quyết nguồn căng thẳng này, bằng cách khuyên giải hay hòa giải hai bên sau đó chọn cách tiếp cận điều trị bệnh như thế, khác hẳn thời nguyên thủy, thực ra còn tinh vi hơn vẻ ngoài.

Căng thẳng dài hạn cũng liên kết với **bệnh động mạch vành** – một căn bệnh được nhận xét là phổ biến ở một số loại bệnh nhân nhưng hiếm khi gặp ở các bệnh nhân khác. Năm 1959, Friedman và Rosenman rút ra tóm tắt về đặc điểm số bệnh nhân này có vẻ tương quan với khả năng mắc bệnh động mạch vành. Liệt kê của họ bao gồm tính ganh đua cao, mức độ động cơ thúc đẩy thành tựu cao, trạng thái bồn chồn và quá hoạt bát, và khuynh hướng suy nghĩ như thể họ lúc nào cũng liên tục bị áp lực về thời gian và trách nhiệm. Như chúng ta đã biết trong Chương 7, các nhà nghiên cứu kết luận rằng thường có hai loại nhân cách rất khác nhau biểu thị bằng những đặc điểm này. Những người có điểm số cao trong số đặc điểm này được mô tả là người thuộc Nhóm A và người có điểm thấp hơn là Nhóm B.

Friedman và Rosenman (1974) báo cáo một nghiên cứu theo chiều dọc gồm hơn 3500 nam giới khỏe mạnh độ tuổi 39 đến 59, kéo dài hơn 12 năm. Nam giới được đánh giá bằng các phỏng vấn cấu trúc bao gồm khoảng 25 câu giống như "bạn đời hay bạn thân của bạn có mô tả bạn là người lái xe rất nhanh hay không?" hay "Bạn có khả năng phản ứng ra sao nếu như bạn đang đứng cuối một hàng dài đang chờ đợi?" Những người tham gia nghiên cứu cũng được nhận xét khi họ trả lời câu hỏi và đánh giá theo nghĩa sự thiếu kiên nhẫn hay bồn chồn họ thể hiện. Một số câu hỏi được hỏi cố ý rất chậm để xem cá nhân có bị ngắt quãng hay không.

Khi nghiên cứu tiếp diễn, số người Nhóm A mắc bệnh động mạch vành gấp hai lần số người Nhóm B: 178 so với 257. Ngay cả khi con số đã được điều chỉnh đối với các yếu tố chẳng hạn như liệu người Nhóm A có hút thuốc nhiều hơn hay huyết áp cao hơn hay không thì nguy cơ ở Nhóm A cao hơn nguy cơ ở Nhóm B gấp 1,97 lần. Trong một phân tích chi tiết hơn, Jenkins *và người khác*, (1978) nhận thấy có nhiều loại bệnh tim khác nhau: đau thắt ngực thường ở người thiếu kiên nhẫn và rất ý thức về áp lực công việc, nhưng những người bị nhồi máu cơ tim hay rất có khả năng mắc bệnh này thường có thói quen hấp tấp, vội vã, gây áp lực đối với chính mình chứ không phải đối với người khác.

Căng thẳng dài hạn liên kết với nhiều chứng bệnh khác. Một trong số này là ung thư mặc dù không chắc mối quan hệ thực sự ra sao. Thật không may, phần lớn nghiên cứu có vẻ chứng minh mối quan hệ trực tiếp giữa căng thẳng và ung thư thực sự không kiểm soát các loại yếu tố khác như hút thuốc, ăn uống hay uống rượu, cũng rất khó phân loại con người chịu căng thẳng ở mức nào mới có thể sinh bệnh. Ngày nay, hầu hết các nhà nghiên cứu trong lĩnh vực này thường có khuynh hướng chọn quan điểm cho rằng căng thẳng không hẳn gây bệnh ung thư nhưng ảnh hưởng đến quá trình phát triển các khối u ung thư một khi bệnh khởi phát.

Mặc dù có nhiều nghiên cứu có vẻ cho chúng ta một số chứng cứ tốt về vấn đề này. Một trong số này được Spiegel *và người khác* (1989) báo cáo, lúc đầu nghiên cứu liệu tâm lý liệu pháp có giúp phụ nữ thích ứng với cảm giác mắc bệnh gây tử vong hay không – ung thư vú. Họ chọn 86 phụ nữ, tất cả đều được điều trị đúng tiêu chuẩn và một nửa được bổ sung điều trị bằng tâm lý liệu pháp. Họ nhận thấy tâm lý liệu pháp dường như giúp đỡ phụ nữ: họ ít lo âu hơn, ít trầm cảm hơn và học cách làm giảm đau bằng sự tự thôi miên.

Ban đầu, đây là tất cả những gì được hoạch định cho nghiên cứu. Tuy nhiên, khoảng 13 năm sau, các nhà nghiên cứu quyết định theo dõi hồ sơ điều trị số bệnh nhân này, để xem có kết quả gì hay không. Họ không nghĩ rằng lẽ ra đã có sự khác biệt trong diễn tiến bệnh nhưng khi họ xem lại hồ sơ, nhận thấy rằng những phụ nữ được điều trị tâm lý liệu pháp trung bình sống tiếp 37 tháng sau khi điều trị, so với số còn lại chỉ sống khoảng 19 tháng. Và thậm chí trong số họ hiện nay còn sống 3 người.

Mặc dù chúng ta phải cẩn thận khi vội vã đi đến kết luận rằng chính sự giảm bớt căng thẳng làm kéo dài bệnh tình ở bệnh nhân cho dù nghiên cứu hình như gợi ra sự loại liên kết loại này. Luôn có thể rằng, vì phụ nữ ít thoải mái hơn, họ nghe lời bác sĩ nhiều hơn hay tập thể dục nhiều hơn vì họ đau ít hơn. Nhưng cho dù có thể điều này không phải là chứng cứ tuyệt đối, nghiên cứu cũng hàm ý rằng giảm căng thẳng có thể làm bệnh tình thuyên giảm, ít nhất là một chút.

Bệnh khác liên kết với căng thẳng dài hạn là bệnh **loét dạ dày.** Nghiên cứu này bắt đầu với một số nghiên cứu trước đây đối với động vật. Năm 1958, Brady tiến hành thí nghiệm với 4 cặp khỉ, cột với nhau thành "kiểm soát theo cặp" (nói cách khác, mỗi con khỉ có cùng cảm giác như con khỉ buộc cặp với nó). Khỉ được trích điện đều đặn ở bàn chân, nhưng một con trong mỗi cặp được cấp cho đòn bẩy giúp nó gạt bỏ dòng điện mỗi lần được 20 giây (dòng điện tạo ra ở thời gian cách quãng 20 giây). Con khỉ thứ hai trong mỗi cặp không thể làm gì khác ngoài việc để im cho bị điện giật. Brady lập luận rằng trong bối cảnh này, cả hai động vật đều có cùng căng thẳng vật lý như nhau nhưng chỉ con khỉ "điều hành" – con khỉ đè đòn bẩy – phải chịu căng thẳng tâm lý khi phải duy trì phản ứng.

Các đợt thí nghiệm tiếp tục mỗi lần 6 tiếng, xen kẽ với 6 tiếng nghỉ. Brady nhận thấy phần lớn số khỉ "điều hành bị chết vì loét tá tràng. Trái lại con khỉ kiểm soát theo cặp còn lại không biểu hiện bất thường dạ dày – ruột. Tiếp theo một loạt nghiên cứu với thời biểu khác nhau, trong đó điều kiện thí nghiệm kéo dài trong thời gian 1, 3 và 6 tiếng, Brady nhận thấy chỉ thời biểu 6 tiếng thí nghiệm, 6 tiếng ngưng đủ để gây bệnh loét. Ông liên kết điều này với những thay đổi về độ axít trong dạ dày do căng thẳng dài hạn gây ra: sự thay đổi độ axít ít hơn do các đợt thí nghiệm ngắn hơn.

Trong một nghiên cứu khác, Weiss (1972) tiến hành nghiên cứu tương tự ở chuột, lần này, chuột "điều hành" có thể hoãn lại điện giật bằng cách quay bánh xe trong khi cũng có chuột kiểm soát khác theo cách cũng bị điện giật tương tự. Mặc dù, thật lý thú, Weiss nhận thấy chính số chuột bất lực mới bị loét dạ dày chứ không phải là số chuột có khả năng hành động – một chứng cứ hoàn toàn trái với chứng cứ của Brady. Weiss giải thích điều này bằng cách cho rằng điều quan trọng là không phải động vật kiểm soát nhiều đối với tác nhân gây căng thẳng mà ở hai yếu tố khác. Thứ nhất là lượng tác nhân gây căng thẳng – mức độ căng thẳng động vật chịu đựng, thứ hai là liệu có sự phản hồi hay không, biểu thị cho động vật rằng hành động của nó đã có tác dụng.

Đối với những chú khỉ của Brady, mức độ kích thích nhanh có nghĩa là mức độ tác nhân gây căng thẳng cực cao. Thực ra, khi bố trí các cặp khỉ, khỉ có thể phản ứng nhanh nhất là khỉ ở mỗi cặp được phân công làm "điều hành" hơn là kiểm soát. Vì thế mức độ căng thẳng cao này có nghĩa là chúng dễ bị loét hơn. Nhưng ngoài ra, chúng có sự phản hồi tương đối ít về tính hiệu quả của hành động – cũng như lập thời biểu điện không giật. Trái lại, số chuột của Weiss đã nghe âm thanh cảnh báo mỗi lần điện giật vì thế chúng nhận biết điện giật nên ngoảnh đi.

Giải thích có thể khác về những khác biệt này là mức độ cử động cơ thể liên quan đến phản ứng của động vật. Như chúng ta đã biết, phản ứng cảnh báo chuẩn bị cho cơ thể hành động. Nhưng số khỉ của Brady chỉ được yêu cầu thực hiện **hoạt động phân tử** (hoạt động ở một bộ phận cơ thể), theo nghĩa những gì chúng phải làm là chỉ cần đè đòn bẫy. Số chuột của Weiss trái lại thực hiện **hoạt động phân tử gam** để tránh bị giật – cử động bao gồm toàn thân giống như di chuyển trong bánh xe quay hay trong một trường hợp nhảy vào hộp con thoi. Những phản ứng phân tử gam này sử dụng năng lượng cơ thể do phản ứng cảnh báo tạo ra vì thế động vật phản ứng theo cách phù hợp với tình trạng cơ thể của mình. Nhưng số khỉ của Brady có kinh nghiệm phản ứng cảnh báo nhưng không có cách sử dụng năng lượng ấy, vì thế đây là lý do giải thích căng thẳng của chúng phải nhiều hơn.

Quỹ tích kiểm soát

Ngụ ý trong nghiên cứu của Weiss là có hai khía cạnh phát triển thích ứng hiệu quả khi gặp các nguồn căng thẳng. Thứ nhất là nên có một số cơ hội sử dụng kiểm soát đối với tác nhân gây căng thẳng – giảm bớt nó trong một số cách. Và thứ hai có một số phản hồi về tính hiệu quả của hành động. Làm một chuyện gì đó vẫn chưa đủ – bạn phải biết hành động của mình có tác dụng hay không. Nguyên tắc này hình thành cơ sở đối với phần lớn nghiên cứu **quỹ tích kiểm soát.**

Rotter (1966) chứng minh rằng suy nghĩ mà con người đang có về việc kiểm soát tình huống, nhiều ít có thể tạo ra nhiều sự khác biệt trong số căng thẳng mà họ trải qua. Những người có **quỹ tích kiểm soát bên trong,** nghĩ rằng kiểm soát đời sống của họ phần lớn là do nỗ lực của chính mình, ít bị căng thẳng hơn những người có **quỹ tích kiểm soát bên ngoài,** cho rằng phần lớn mình là nạn nhân của tình huống. Dĩ nhiên, những suy nghĩ này dễ trở thành dự đoán tự thực hiện, vì người có quỹ tích kiểm soát bên trong rất có thể có nhiều cố gắng tác động đến đời sống của mình hơn trong khi những người có quỹ tích kiểm soát bên ngoài chắc chắn chọn thái độ tiêu cực đối với sự việc nhiều hơn.

Beck, Emery và Greenberg (1985) chứng minh những người nghĩ rằng mình có thể sử dụng một số kiểm soát đối với sự kiện có tiềm năng đe dọa phản ứng rất khác nhau đối với những nỗi lo của riêng mình. Mặc dù họ biết rõ nỗi lo ấy nhưng không cảm thấy lo âu hay thường xuyên lo lắng về những gì có thể diễn ra đối với bất cứ điều gì mà ở mức độ tương tự như những người cảm thấy mình bất lực. Beck, Emery và Greenberg (1985) cho rằng loại suy nghĩ lặp đi lặp lại, lẩn quẩn trong lo lắng thường xuyên thực sự làm tăng cảm giác lo âu và đối với cá nhân ấy thật khó hành động hiệu quả hơn. Điều này liên kết mật thiết với nghiên cứu **tình trạng bất lực tập quen,** chúng ta sẽ khảo sát vào cuối chương này.

Điều trị làm giảm căng thẳng dài hạn

Levonkron *và người khác* (1983) nghiên cứu liệu pháp hữu ích dùng để sửa đổi hành vi Nhóm A và nhận thấy thường có mức độ thành công cao. Một số liệu pháp thành công nhất trên cơ sở liệu pháp hành vi, rèn luyện khách hàng phát triển chiến lược đối phó sao cho có thể giải quyết căng thẳng hiệu quả. Họ thường được rèn luyện thư giãn, chương trình can thiệp 5 năm trong sự rèn luyện như thế đối với 1.035 bệnh nhân bị nhồi máu cơ tim cho thấy tỉ lệ bộc phát của cả chứng nhồi máu cơ tim gây tử vong và không gây tử vong giảm xuống một nửa so với bệnh nhân thuộc nhóm kiểm soát. Nhóm kiểm soát cũng giống với các yếu tố khác nhưng chỉ nhận điều trị tim mạch bình thường và không có liệu pháp bổ sung.

Có một số chứng cứ cho thấy Nhóm A có thể có yếu tố văn hóa. Mặc dù có vẻ đây là hiện tượng đáng tin ở Mỹ, nghiên cứu của Bass và Wade (1982) ở Anh phát hiện rằng trong số bệnh nhân than phiền bệnh tim, những người có mẫu nhân cách Nhóm A có khuynh hướng mắc bệnh động mạch vành thông thường – mặc dù họ cũng bị rối loạn tâm thần nhiều nhất.

Mặc dù một số nhà nghiên cứu khác, cho rằng nhóm A bản thân thực ra không mang đặc điểm, mà chỉ cấu thành từ một tập hợp chung các đặc điểm phụ như tham vọng và mức độ hoạt động, vì thế xử lý như thể là một đặc điểm hoàn chỉnh, riêng lẻ là một điều sai lầm. Những gì có vẻ quan trọng hơn là căng thẳng mà cá nhân trải qua như một phần trong cách sống của mình chứ không phải là chính cách hoạt động.

Sự phản hồi sinh học

Một số kỹ thuật thư giãn được sử dụng trong các chương trình giảm căng thẳng bao gồm **sự phản hồi sinh học**, một phương pháp dạy cho cá nhân một số cách kiểm soát phản ứng tự chủ của mình. Người ta từng cho rằng hoạt động tự chủ không thể tập quen được cho đến khi một loạt nghiên cứu của Miller và DiCara (1967) chứng minh rằng chuột bị làm tê liệt do sử dụng nhựa độc vẫn có khả năng tập quen cách làm tăng giảm nhịp tim, nếu chúng nhận được động cơ dưới dạng kích thích điện não. Sau đó, nhiều nghiên cứu chứng minh rằng con người cũng có khả năng kiểm soát đối với chức năng tự chủ như huyết áp hay nhịp tim. Mặc dù, muốn thế, chúng ta cần phải có sự phản hồi tức thì cũng như đối với nhịp tim hay huyết áp hiện tại.

Thông thường, một người sử dụng sự phản hồi sinh học để tập quen cách kiểm soát phản ứng căng thẳng sẽ sử dụng một số loại công cụ cung cấp thông tin về tình trạng sinh lý. Ở hình thức đơn giản nhất, có thể là miếng đệm nhạy cảm GSR quấn quanh ngón tay, nối với một hộp tạo ra âm thanh. Âm thanh càng lớn thì mức độ hoạt động tự chủ càng cao. Dĩ nhiên, có nhiều loại máy phản hồi sinh học tinh vi hơn bày bán trên thị trường, nhưng loại được mô tả là khá điển hình và dễ kiếm mua. Bằng cách tập thư giãn, cá nhân nhận thấy rằng mình có khả năng hạ thấp âm thanh của tín hiệu phản hồi, hay vì thế, họ có thể tăng tín hiệu này bằng cách tự làm cho bản thân dễ bị kích động hơn. Điều này cung cấp sự phản hồi để tập quen cách thư giãn hiệu quả và giảm mức đánh thức tự chủ.

Liệu pháp quy kết

Solomon (1969) phát hiện rằng có những thay đổi đáng kể giữa con người ở những gì tạo ra "căng thẳng". Cảm giác bị căng thẳng đối với một người được người khác khắc phục thật dễ dàng. Một phần của vấn đề này có vẻ phát xuất từ cách con người giải thích điều gì đang diễn ra đối với mình. Maier và Seligman (1976) nhận thấy rằng người trầm cảm thường có **cách quy kết** nhất quán, có nghĩa là họ thường cảm thấy rằng mình không kiểm soát được sự việc đang diễn ra. Đến phiên sự việc này làm tăng mức độ căng thẳng của họ, vì thế làm cho sự trầm cảm ở họ kéo dài (xem Chương 9).

Như chúng ta đã biết, quỹ tích kiểm soát – liệu một người có tự xem mình như một nạn nhân hay một tác nhân trong đời sống của riêng mình hay không – có vẻ là yếu tố chính để làm giảm căng thẳng. Những người tự xem mình kiểm soát sự việc đang diễn ra nhiều hơn ít bị cảm giác căng thẳng hơn những người tự xem mình là nạn nhân của tình huống cho dù điều kiện khách quan của họ là như nhau. Liệu pháp nhận thức mà chúng ta khảo sát trong Chương 9 mục đích giúp con người phát triển những cách quy kết mới, giúp họ kiểm soát đời sống của mình nhiều hơn, do đó giảm mức độ căng thẳng.

Sự phản hồi sinh học và liệu pháp quy kết là hai cách khác nhau để giải quyết hậu quả căng thẳng kéo dài. Tiếp cận khác nhằm mục đích vận dụng mối quan hệ giữa sự đánh thức và vận động cơ thể, dựa vào lượng adrenaline cao tìm thấy trong cơ thể như một phần của hội chứng thích nghi chung. Nếu một người thích nghi với căng thẳng dài hạn bắt đầu tập thể dục thường xuyên với cường độ cao như bơi lội hay các môn thể thao, khiêu vũ khác, thì lượng adrenaline của họ sẽ thấp hơn – không phải vào lúc tập mà là về sau khi phân chia đối giao cảm của ANS có tác động phục hồi cơ thể. Lượng adrenaline cao hiện có bị "kiềm chế" thành phản ứng adrenaline do tập thể dục tạo ra, do đó kết quả sinh lý của tình trạng căng thẳng sẽ được giảm bớt.

CẢM XÚC

Cho đến thời gian gần đây, hầu hết tất cả nghiên cứu tâm lý học về cảm xúc tập trung vào cảm xúc tiêu cực, nhất là sợ hãi và giận dữ. Điều này một phần là do những cảm xúc này dường như liên kết mật thiết với sự đánh thức tâm lý, nhưng nghiên cứu tâm lý học cũng phản ánh giá trị của xã hội trong đó nó được định vị, và xã hội hiện đại cũng xem nhẹ hay đánh giá thấp cảm xúc tích cực. Vì thế chúng ta bắt đầu tìm hiểu tâm lý học cảm xúc bằng việc xét đến một số thuyết cảm xúc mà các nhà tâm lý học đưa ra, trên cơ sở nghiên cứu sợ hãi và giận dữ, trước khi đi đến khảo sát một số cảm xúc tích cực.

LÝ THUYẾT CẢM XÚC

Hoạt động của hai phân chia ANS liên quan mật thiết với một số loại cảm xúc. Loại này hỗ trợ cho loại kia: khi giận dữ hay hoảng hốt, chúng ta bị đánh thức, khi trầm tĩnh thì trạng thái sinh lý của chúng ta cũng thế. Như chúng ta đã biết, nếu tập thể dục, chúng ta cũng bị đánh thức theo nghĩa sinh lý học, đôi lúc điều này ảnh hưởng đến cảm xúc của chúng ta. Chẳng hạn: nếu bạn chạy theo cho kịp chuyến xe buýt và bị bỏ rơi, bạn có cảm giác khó chịu, bực mình hơn lúc bạn đi dạo vòng quanh gốc phố và nhìn thấy chiếc xe buýt đang rời xa. Nhưng nguyên nhân do đâu?

Thuyết cảm xúc James-Lange

Nhà tâm lý học nội quan William James cho rằng cảm xúc xuất hiện là do nhận thức thay đổi sinh lý diễn ra trong cơ thể: *"chúng ta không khóc vì cảm thấy buồn; chúng ta cảm thấy buồn vì chúng ta đang khóc"* (James, 1890). Về cơ bản, James cho rằng chúng ta tạo ra một phản ứng sinh lý đối với một số kích thích tạo cảm xúc, sau đó nhận thấy phản ứng này và cố tìm hiểu nó. Ông đưa ra ví dụ lên cầu thang, nắm tay vịn: vào thời điểm bước lên và nắm tay vịn không có cảm giác sợ nhưng sau đó tim đập nhanh hơn, ra mồ hôi nhiều hơn và thở sâu hơn. Theo James, chính lúc ấy chúng ta mới bắt đầu cảm thấy sợ. Nhận thức sự kiện vào thời điểm ấy không đủ làm chúng ta sợ nhưng khi phản ứng khẩn cấp của cơ thể bắt đầu, chúng ta mới có cảm giác sợ.

Tiếp cận cảm xúc này còn gọi là **thuyết cảm xúc James-Lange** vì quan điểm tương tự cũng được Carl Lange đề xuất khoảng cùng thời điểm. Thuyết dẫn đến một số khảo sát thực nghiệm. Nếu chúng ta biết được cảm xúc của mình qua việc nhận biết thay đổi cụ thể ở cơ thể thì điều này ngụ ý rằng những cảm xúc khác nhau sẽ phát sinh do các thay đổi khác nhau. Cũng có sự khác nhau trong phản ứng đánh thức do sợ hãi tạo ra và phản ứng đánh thức do giận dữ tạo ra. Năm 1953, Ax tiến hành nghiên cứu để xem liệu có thể phát hiện những khác nhau về sinh lý giữa giận dữ và sợ hãi trong phòng thí nghiệm hay không.

Điều đầu tiên nên làm là thiết lập trạng thái thí nghiệm trong đó người tham gia nghiên cứu có cảm giác sợ hay giận. Người tham gia nghiên cứu được cho xem thiết bị trong rất ấn tượng trong phòng thí nghiệm và nối các điện cực vào đầu, bàn tay, phía trên tim, v.v... Điều này giúp Ax có nhiều số đo chỉ số đánh thức khác nhau (huyết áp, nhịp tim, tiết mồ hôi, nhiệt độ ở da). Người tham gia nghiên cứu cho biết rằng đang nghiên cứu về sự tăng huyết áp – tìm kiếm sự khác nhau ở những người tăng huyết áp và những người không tăng – nên họ chỉ cần thư giản và lắng nghe loại nhạc mình ưa thích là đủ.

Người tham gia nghiên cứu trong trạng thái sợ, sau đó có cảm giác dòng điện châm vào ngón tay út dù nhỏ nhưng dần dần tăng. Khi ấy, người thí nghiệm tỏ vẻ ngạc nhiên, xem lại dây dẫn và bấm một phím tạo ra tia lửa điện gần người tham gia nghiên cứu. Vào lúc này, người thí nghiệm tuyên bố rằng trong thiết bị có sự đoản mạch cao thế, nguy hiểm. Như bạn nghĩ, tình trạng này dẫn đến phản ứng sợ ở người tham gia nghiên cứu.

Trong trạng thái giận, kỹ thuật viên điều khiển máy đo tim. Người tham gia nghiên cứu được người thí nghiệm cho biết rằng kỹ thuật viên đã bị sa thải do kém năng lực nhưng họ buộc phải thuê lại anh ta vì người sử dụng máy chính thức bị ốm. Khi người thí nghiệm ra khỏi phòng, kỹ thuật viên tỏ vẻ hoài nghi, la mắng điều dưỡng và người tham gia khi anh ta giả vờ xem lại dây dẫn thiết bị. Giống như trạng thái sợ, điều này kéo dài khoảng 5 phút (điều đáng nói ở đây là loại nghiên cứu này nói chung ngày nay không thể chấp nhận về mặt đạo đức – may thay các nhà tâm lý học không còn được phép khủng bố hay làm người tham gia giận dữ. Họ cũng không được nói dối ngoại trừ trong những tình huống thật đặc biệt và chỉ mang tính nhất thời).

Ax nhận thấy rằng người tham gia nghiên cứu biểu hiện phản ứng sinh lý khác nhau đối với hai thí nghiệm cũng như báo cáo cảm giác của mình khác nhau. Nói chung, huyết áp và nhiệt độ ở mặt cao hơn đáng kể trong trạng thái sợ, điều này phản ánh tác dụng của sự kết hợp adrenaline và noradrenaline trong cơ thể. Về cơ bản, những người tham gia nghiên cứu trong trạng thái sợ có phản ứng sinh lý giống với phản ứng khi họ được tiêm adrenaline, trong khi những người trong trạng thái giận có phản ứng sinh lý tương tự phản ứng của những người được tiêm cả adrenaline lẫn noradrenaline.

Thuyết cảm xúc Cannon-Bard

Trái với mô hình James-Lange, Walter Cannon, nhà sinh lý học đầu tiên phát hiện hội chứng "đấu tranh hay bỏ chạy" nhận thấy cảm xúc hoàn toàn tách rời với những cảm xúc sinh lý. Đúng là cảm xúc do thay đổi sinh lý tạo ra, theo ông, cả hai đều diễn ra độc lập, mặc dù đôi khi trong phản ứng đối với cùng kích thích, điều này gọi là **thuyết cảm xúc Cannon-Bard**.

Năm 1929, Cannon cho rằng phản ứng đánh thức mang tính chung chứ không đặc trưng đối với cảm xúc khác nhau. Ông phát biểu, thay đổi sinh lý như nhau diễn ra trong những trạng thái cảm xúc khác nhau và cũng diễn ra trong những trạng thái không cảm xúc. Theo mô hình của Cannon, kích thích tạo cảm xúc tạo ra phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy khái quát hóa, điều này diễn ra qua một quá trình liên tưởng trực tiếp không liên quan đến cảm giác cảm xúc. Đồng thời (thông thường), chúng ta phản ứng đối với tình huống khi đã hiểu tình huống, chính phản ứng nhận thức này tạo ra cảm giác cảm xúc. Hai phản ứng – kinh nghiệm cảm xúc và thay đổi sinh lý – không liên quan với nhau.

Dĩ nhiên, điều này có vấn đề ở chỗ chúng ta thường có khuynh hướng sử dụng những từ giống hệt nhau để mô tả cả cảm xúc chủ quan lẫn phản ứng cơ thể. Nhiều nghiên cứu ban đầu về cảm xúc nhận thấy khó tách hai yếu tố này. Nghiên cứu của Maradon (1924) tiêm adrenaline cho 210 người tham gia nghiên cứu, hỏi họ có cảm giác gì. Hầu hết người tham gia nghiên cứu (71%) báo cáo rằng họ chỉ có cảm giác theo nghĩa triệu chứng cơ thể, như "tim nhập nhanh hơn", "ra mồ hôi", v.v..., tuy nhiên 29% sử dụng phép loại suy cảm xúc tương tự để mô tả cảm giác của mình như "tôi cảm thấy mình đang sợ".

Maradon cũng nhận thấy một số thuộc nhóm thứ hai (nhóm sử dụng phép loại suy cảm xúc để mô tả cảm giác) thực ra có vẻ có cảm xúc hơn là sử dụng từ ngữ như những tên gọi để báo cáo cảm giác cơ thể, điều này hàm ý rằng có sự liên kết mật thiết giữa cả hai hơn là mô hình Cannon-Bard ngụ ý. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu sau này, nhất là Schachter và Singer (1962) nhận xét rằng những cảm giác này đặc biệt xảy ra nếu người tham gia nghiên cứu được nhắc nhở kinh nghiệm cảm xúc thật sự. Có vẻ rằng nhận thức thích hợp cần để cho những người tham gia nghiên cứu mô tả kinh nghiệm của mình như “cảm xúc”.

Thuyết cảm xúc Schachter

Schachter (1964) cho rằng kinh nghiệm cảm xúc liên quan đến **sự quy kết** của con người về sự việc đang diễn ra. Những quy kết này bao gồm cả phản ứng sinh lý đang diễn ra lẫn tình huống xã hội mà cá nhân đang gặp trong thời điểm. Về cơ bản, Schachter cho rằng bối cảnh xã hội quyết định loại xúc cảm xảy ra (sợ hãi, giận dữ, hạnh phúc, v.v...) trong khi phản ứng sinh lý quyết định cường độ của phản ứng ấy (cá nhân cảm thấy mạnh đến mức nào).

Năm 1962, Schachter và Singer tiến hành nghiên cứu nhanh chóng trở thành “nghiên cứu kinh điển” trong tâm lý học. Họ khảo sát ba định đề, (1) Nếu người tham gia nghiên cứu có trạng thái đánh thức sinh lý đối với những gì họ không có lời giải thích trực tiếp thì sẽ “gọi tên” cảm giác của mình theo nhận thức họ có sẵn, (2) Nếu người tham gia nghiên cứu có sự đánh thức nhưng có lời giải thích rõ ràng đối với những gì đang diễn ra thì không chắc “gọi tên” cảm giác của mình như cảm xúc theo cách tương tự, (3) Trong những tình huống nhận thức như nhau, kinh nghiệm cảm xúc của người tham gia nghiên cứu tùy thuộc vào lượng đánh thức sinh lý mà họ đang có.

Các nhà thí nghiệm lập ra hai trạng thái thí nghiệm chung, một để tạo ra cảm giác hạnh phúc hay hưng cảm, một tạo ra cảm giác sợ hãi. Cả hai trạng thái sử dụng “con rối”. Trong trạng thái hưng cảm, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu phải chờ một con rối có vẻ vui vẻ, thích trò chơi, tham gia trò chơi “bóng rổ” bằng giấy vụn, và xếp máy bay giấy. Trong trạng thái giận dữ, người tham gia nghiên cứu phải điền vào một bảng câu hỏi dài, hỏi nhiều về đời tư, và con rối làm tăng sự khó chịu khi hỏi nhiều câu tò mò, sau cùng xé rách bảng câu hỏi, giậm chân, ra khỏi phòng. Lúc ấy những tình trạng này nhằm mục đích tạo ra bối cảnh nhận thức trong đó người tham gia nghiên cứu tìm hiểu cảm giác sinh lý của mình.

Ngay trước khi bước vào phòng đợi, người tham gia nghiên cứu được tiêm thuốc, cho biết đây là hợp chất vitamin. Một số người được tiêm placebo (một dung dịch muối vô hại). Số khác được tiêm adrenaline. Trong số những người khác, một nhóm người được cho biết tác dụng của adrenaline, một nhóm (chỉ trong trạng thái hưng cảm) được cho biết sai, biết rằng triệu chứng sẽ không diễn ra, và một nhóm nói chung không được cho biết về tác dụng có thể (Bảng 13.3).

Schachter và Singer nhận thấy chứng cứ của họ phù hợp với định đề họ nêu ra. Khi hiểu về tác dụng của việc tiêm adrenaline, họ tuân thủ ít, nhưng không quả quyết lắm với tâm trạng của con rối – xét cho cùng họ có giải thích cảm giác của mình phù hợp. Tuy nhiên nhóm không được cho biết chịu ảnh hưởng tâm trạng của con rối cũng như những người không được cho biết về tác dụng của adrenaline. Do đó có vẻ một số loại “gọi tên” bên trong thực sự đang diễn ra. Những người trong trạng thái đánh thức (do tiêm adrenaline) rất có thể phản ứng mạnh hơn những người được tiêm placebo, cho thấy mức độ cảm xúc bị trạng thái sinh lý của người tham gia nghiên cứu tác động.

Bảng 13.3 Điều kiện trong nghiên cứu của Schachter và Singer

Nhóm tham gia nghiên cứu

Hưng cảm	*Giận dữ*
Biết tác dụng Adrenaline	Biết tác dụng Adrenaline
Không biết tác dụng Adrenaline	Không biết tác dụng Adrenaline
Biết sai tác dụng Adrenaline	–
Nhóm placebo	Nhóm placebo

Biết tác dụng Adrenaline người tham gia nghiên cứu được cho biết thông tin chính xác về tác dụng của thuốc.

Không biết tác dụng adrenaline người tham gia nghiên cứu được bảo rằng thuốc không có tác dụng phụ.

Biết sai tác dụng adrenaline người tham gia nghiên cứu được cảnh báo có triệu chứng tê nhẹ, ngứa ngáy hay đau đầu.

Nhóm placebo người tham gia nghiên cứu được tiêm dung dịch muối và cho biết không có tác dụng phụ.

Nguồn: Phỏng theo Schachter và Singer, 1962

Công trình của Schachter tạo đà phát triển nghiên cứu quy kết, phát triển rất rộng trong những năm gần đây, chúng ta khảo sát chi tiết hơn trong Chương 15. Thật không may, mặc dù có nhiều cố gắng tái tạo nghiên cứu nhưng gặt hái ít thành công, bị nhiều người chỉ trích về phương pháp luận. Trong số này là việc Schachter và Singer bỏ 5 người tham gia nghiên cứu không phân tích khi họ không nhạy cảm đối với tác dụng của adrenaline. Điều này tạo ra sự phóng đại tác dụng của thuốc. Họ cũng không kiểm tra tâm trạng trước đây của những người tham gia nghiên cứu trước khi tiến hành thí nghiệm, một lần nữa dẫn họ đến sai sót trong thí nghiệm.

Đôi khi có chuyện một nghiên cứu cụ thể trở thành nổi tiếng vì nó tóm tắt quan điểm được mọi người tán thành cũng như chính giá trị của riêng nó. Có những khiếm khuyết nghiêm trọng trong công trình của Schachter và Singer, như chúng ta đã biết, nhưng các nhà nghiên cứu cho rằng chỉ nghiên cứu sinh lý học không vẫn chưa đủ cho chúng ta biết về kinh nghiệm cảm xúc. Lập luận của họ khía cạnh nhận thức và tự quy kết một tình huống cũng cần được tính đến, là một khả năng hiểu biết quan trọng, phản ánh quan điểm được nhiều nhà nghiên cứu trong ngành tán thành. Hầu hết lý thuyết cảm xúc đã và đang được phát triển từ lập trường này.

Thuyết đánh giá Lazarus

Lazarus (1980) cho rằng cảm xúc xảy ra bất kỳ khi nào một tình huống được xem là có liên quan với những quan tâm chính trong đời sống của cá nhân. Về cơ bản, thuyết này bao gồm **sự đánh giá** nhanh một tình huống theo nghĩa tình huống có sự đe dọa hay không. Tiếp theo đánh giá ban đầu là phản ứng đối phó, về nhận thức hay sinh lý, hay cả hai. Có thể chúng cũng là tiềm thức. Cơ chế phòng thủ như phủ nhận hay duy lý hóa (xem Chương 7), cũng như hội chứng đấu tranh hay bỏ chạy, có thể cho là cơ chế thích ứng. Một khi cá nhân biểu hiện những cơ chế thích ứng này, phải đánh giá lại mối đe dọa. Đánh giá thứ cấp này bao gồm một phân tích tinh vi hơn để nhận dạng xúc cảm cụ thể.

Thuyết của Lazarus cho rằng cảm giác cảm xúc do sự đánh giá tức thời quyết định phối hợp với phản ứng nhận thức hay hành vi do sự kiện tạo ra. Kết quả, mô hình này đưa ra phản ứng xúc cảm ba giai đoạn: cá nhân bắt đầu bằng việc quyết định liệu có mối đe dọa hay không, chọn hành động đối phó trực tiếp đối với đe dọa, sau đó khảo sát kỹ hơn để xem bao gồm điều gì khác, đưa họ đến việc nhận dạng cảm xúc mà họ đang cảm giác.

Thuyết quy kết của Weiner

Weiner (1985) cũng xem xúc cảm là sự phát xuất từ quy kết của cá nhân đối với tình huống. Phản ứng ban đầu đối với mọi kích thích tạo cảm xúc bất kỳ theo Weiner chỉ liên quan đến việc liệu kích thích ấy có khó chịu hay dễ chịu – liệu nó "tốt" hay "xấu". Một khi đánh giá ban đầu xong, theo Weiner, cá nhân xét đến điều gì là nguyên nhân dẫn đến sự kiện. Quy kết nhân quả có thể sửa đổi cảm xúc đang cảm thấy – quy kết định nghĩa cảm xúc rõ ràng hơn hay thậm chí là nguyên nhân dẫn đến việc đánh giá lại toàn bộ cảm xúc ấy.

Trong một nghiên cứu, Weiner yêu cầu người tham gia nghiên cứu nhớ lại các tình huống dễ chịu và khó chịu mà họ cảm thấy. Khi được yêu cầu nhớ lại một sự kiện khó chịu mà họ cảm thấy là do thiếu nỗ lực, những người tham gia nghiên cứu báo cáo cảm giác hổ thẹn. Nhưng khi họ nhớ lại sự kiện khó chịu tương tự nhưng không phải lỗi của họ thì họ có khả năng báo cáo cảm giác giận dữ nhiều hơn. Theo Weiner điều này là vì tính chất quy kết đối với sự kiện. Nếu quy kết có nguyên nhân bên trong, họ cảm thấy hổ thẹn, nhưng nếu có nguyên nhân bên ngoài họ cảm thấy giận dữ. Tuy nhiên, loại nghiên cứu này có nhiều vấn đề phương pháp luận, ít nhất về tính giá trị – nhớ lại một trường hợp khi bạn trải qua cảm xúc hoàn toàn khác với cảm giác về chính cảm xúc.

Thuyết phản hồi qua nét mặt

Ekman, Sorenson và Friesen (1969) cho rằng thể hiện trên nét mặt mà con người sử dụng để biểu thị cảm xúc có thể chính chúng tham gia việc đưa ra những cảm xúc ấy bằng cách cung cấp sự phản hồi đến não. **Giả thuyết phản hồi trên nét mặt** theo nghĩa này giống với tiếp cận James-Lange, nhưng James chú ý đến trạng thái sinh lý chính cho rằng đây là nguyên nhân xúc cảm thì Ekman cho rằng tín hiệu xã hội ngoại vi như nụ cười mới chính là nguyên nhân.

Ekman, Sorenson và Friesen (1969) nhận thấy rằng một số thể hiện trên nét mặt – những thể hiện báo hiệu "cảm xúc cơ bản như ngạc nhiên, hạnh phúc hay sợ hãi – có vẻ mang tính bẩm sinh ở chỗ có cùng hình thức trong mọi xã hội loài người. Bằng cách phân tích băng video quay lại thể hiện trên nét mặt, họ nhận dạng các cơ mặt tham gia vào những cảm xúc cơ bản này. Sử dụng thông tin này, Ekman, Levenson và Friesen (1983) yêu cầu người tham gia nghiên cứu biểu thị cơ mặt cụ thể của mình. Thay đổi cơ theo lời yêu cầu tương ứng chính xác với cách thể hiện cảm xúc bẩm sinh, và mỗi phối hợp họ phải giữ nguyên cơ mặt trong 10 giây.

Trong thời gian ấy, tiến hành nhiều cách đánh giá sinh lý khác nhau, Ekman, Levenson và Friesen nhận thấy những người tham gia nghiên cứu thể hiện sự thay đổi trong những đánh giá này tùy theo cảm xúc mà họ biểu thị. Chẳng hạn khi họ mô phỏng thái độ giận dữ, sợ hãi hay buồn chán, người tham gia nghiên cứu có nhịp tim nhanh hơn, nhưng vui mừng, ngạc nhiên và phẫn nộ làm giảm nhịp tim đập. Sợ hãi và buồn chán thể hiện nhiệt độ ở da thấp hơn trong khi giận dữ làm tăng nhiệt độ ở da. Mặc dù điều thú vị là những khác biệt trong số đánh giá này do sự mô phỏng thể hiện trên nét mặt thích hợp thực sự nhiều hơn sự khác biệt trong những cách đánh giá được tạo ra khi yêu cầu người tham gia nghiên cứu "diễn lại" xúc cảm.

Thuyết xây dựng xã hội của Averill

Averill (1980) cho rằng kinh nghiệm cảm xúc được xây dựng trong xã hội. Phối hợp phản ứng di truyền và sinh lý diễn ra được cá nhân sắp xếp và hiểu theo nghĩa tiêu chuẩn xã hội và vai trò xã hội liên quan đến tình huống. Averill xem xúc cảm là **vai trò xã hội chuyển tiếp** liên quan đến cách đánh giá tình huống của cá nhân. Chúng là vai trò vì cho phép một số hành động xã hội diễn ra trong một bối cảnh được xã hội chấp nhận, thấu hiểu, nhưng mang tính chuyển tiếp vì người ta nghĩ rằng cảm xúc ở một người không phải là trạng thái công việc thường trực.

Một trong những đặc điểm dễ phân biệt của vai trò – hành vi liên quan đến thể hiện xúc cảm, theo Averill là sự phá vỡ tiêu chuẩn xã hội quy ước chứ không trải qua cảm xúc. Chẳng hạn, trong diễn tiến sự việc thông thường, điều xã hội không thể chấp nhận khi bạn muốn làm tổn thương một người khác. Tuy nhiên khi giận dữ, điều cấm kỵ xã hội này được hoãn lại. Theo Averill, có lẽ vì điều này, xúc cảm mạnh được nhận thấy như "sự đam mê" – cảm giác không thuộc sự điều khiển của cá nhân – hơn là vai trò xã hội. Ngay cả khi giận dữ hay khó chịu, con người có khuynh hướng thể hiện cảm xúc này theo cách xã hội có thể chấp nhận. Chẳng hạn, một số xã hội cho phép con người thể hiện sự đau khổ của mình khi một người thân qua đời bằng cách khóc than lớn tiếng, nhưng trong xã hội khác hành vi này không được chấp nhận. Mặc dù họ rất đau khổ nhưng những người sống trong xã hội không chấp nhận khóc than lớn tiếng sẽ thể hiện sự đau khổ của mình bằng cách khác, im lặng hơn. Vì thế xúc cảm theo Averill không phải là không thể kiểm soát như xã hội thường nghĩ.

Averill cho rằng xã hội chấp nhận cách suy nghĩ bên ngoài về cảm xúc này vì cho phép con người tự ngăn cách họ với sự việc đang diễn ra: họ không chấp nhận toàn bộ trách nhiệm đối với hành động của mình. Cách mà cảm xúc thể hiện bao gồm nhiều cơ chế kể cả sử dụng tín hiệu tinh vi như thể hiện trên nét mặt, và thường bao gồm sự đánh thức do kết quả phá vỡ chức năng hoạt động bình thường. Nhưng theo Averill kinh nghiệm cảm xúc là kinh nghiệm đảm nhận vai trò xã hội.

Theo cách này không phải Averill chỉ giải thích cảm xúc tiêu cực, theo thuyết này, các quá trình xã hội tương tự cũng áp dụng cho cảm xúc tích cực. Đối với tình yêu, Averill lập luận rằng thái độ này mô tả vai trò xã hội giúp cá nhân lý tưởng hóa và được người khác lý tưởng hóa. Theo Averill, quá trình này tạo ra một cơ chế qua đó cá nhân bảo lưu cảm nghĩ giá trị bản thân trong khi đồng thời chấp nhận rằng một cá nhân riêng lẻ cũng ít nhiều quan trọng trong xã hội nói chung.

Chúng ta nhận thấy rằng các thuyết xúc cảm ở người thay đổi từ thuyết nhấn mạnh thuần túy các yếu tố sinh lý cho đến thuyết nhấn mạnh thuần túy yếu tố xã hội và trong quá trình cũng bao gồm các mức độ giải thích nhận thức và hành

Bảng 13.4 Truyền thống nghiên cứu xúc cảm theo lý thuyết

Truyền thống	**Ý tưởng chính**	**Nhà nghiên cứu chính**
Darwin	Xúc cảm có chức năng thích nghi và mang tính phổ biến.	Ekman và người khác (1987)
James	Xúc cảm là phản ứng cơ thể	Levenson và người khác (1990)
Nhận thức	Xúc cảm trên cơ sở xúc cảm	Smith và Lazarus (1993)
Thuyết xây dựng xã hội	Xúc cảm là những xây dựng xã hội, phục vụ mục đích xã hội	Averill (1980)

Nguồn: Phỏng theo Cornelius, 1996

vi. Cornelius (1996) nhận dạng 4 truyền thống nghiên cứu chính trong nghiên cứu cảm xúc (Bảng 13.4): theo quan điểm Darwin, xem xúc cảm có những chức năng thích nghi đối với cơ thể sống, quan điểm của James xem xúc cảm là những phản ứng sinh lý, quan điểm nhận thức xem xúc cảm trên cơ sở đánh giá nhận thức, và quan điểm theo thuyết xây dựng xã hội xem xúc cảm là những xây dựng xã hội phục vụ mục đích xã hội.

Trong nghiên cứu cảm xúc của chúng ta, chúng ta khảo sát minh họa mỗi truyền thống này mặc dù sự tìm hiểu các tiếp cận xã hội về cảm xúc vẫn tiếp tục trong chương sau. Ở đó, chúng ta xét đến mối quan hệ và những xúc cảm chẳng hạn như thương yêu và cô độc, có liên quan trực tiếp.

CẢM XÚC TÍCH CỰC

Tuy nhiên cũng đáng lưu ý rằng một vài thuyết xúc cảm tương đối liên quan đến xúc cảm tích cực chẳng hạn như hạnh phúc, thương yêu hay trầm lặng. Chỉ trong thời gian gần đây các nhà nghiên cứu mới thật sự quan tâm khảo sát một số khía cạnh tích cực hơn trong cảm xúc ở người. Một phần, quan tâm cảm xúc tích cực là do một số vấn đề đạo đức phát sinh khi thử nghiệm xúc cảm. Như chúng ta đã biết, một số thí nghiệm ban đầu sử dụng gian lận thoải mái, thường làm cho những người tham gia nghiên cứu rất nhiều khổ sở (mặc dù trong nhất thời). Loại nghiên cứu ấy ngày nay không được chấp nhận nữa, do đó các nhà tâm lý học phải đánh giá lại phương pháp luận của mình.

Tuy nhiên, nghiên cứu cảm xúc tích cực vẫn còn tương đối ít khi so sánh với số lượng nghiên cứu sợ hãi hay giận dữ. Một phần điều này là chúng ta tương đối có ít cách nhận dạng kinh nghiệm cảm xúc tích cực. Trong một nỗ lực giải quyết vấn đề này, Argyle và Crossland (1987) tiến hành một nghiên cứu cảm xúc tích cực. Họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu suy nghĩ về 24 tình huống dễ chịu khác nhau như "một buổi tối thân mật với bạn bè", "cảm giác bị choáng ngợp trước vẻ đẹp thiên nhiên", "tắm nước nóng" hay "thành công trong công việc". Người tham gia nghiên cứu được yêu cầu một lần chọn một tình huống, để suy nghĩ và mô tả tình huống cụ thể làm cho họ cảm xúc.

Từ câu trả lời của họ, Argyle và Crossland nhận dạng 4 khía cạnh cảm xúc tích cực. Họ gọi khía cạnh thứ nhất là **sự hấp dẫn** khi thay đổi từ những kinh nghiệm riêng tư, hấp dẫn đến kinh nghiệm xã hội mang tính giả tạo hơn theo nghĩa lượng chú ý hay tập trung theo yêu cầu. Khía cạnh thứ hai có vẻ bao gồm **sự thuyết phục** – liệu cá nhân có cảm thấy tích cực và có năng lực hay không. Ở một đầu khía cạnh này là vấn đề như thể thao hay thành công trong công việc trong khi đầu kia của khía cạnh liên quan đến kinh nghiệm chẳng hạn thích thú khi tắm nước nóng hay nghe nhạc.

Khía cạnh thứ ba do Argyle và Crossland nhận dạng có vẻ liên quan đến **lòng vị tha.** Ở một đầu thang độ, họ nhận thấy các tình huống như đối thoại, hay tham gia một số loại hoạt động ràng buộc (như hoạt động giáo hội hay công tác từ thiện). Ở đầu kia họ nhận thấy những tình huống tự nuông chiều như nhận một món quà giá trị hay thực hiện một sở thích cá nhân. Các nhà nghiên cứu đặt tên khía cạnh thứ tư là **tinh thần** vì liên quan đến kinh nghiệm có ý nghĩa riêng tư ở một đầu, như giải quyết một vấn đề thách thức hay thưởng thức thiên nhiên trong khi đầu đối lập liên quan đến những hoạt động vụn vặt hơn như xem phim kinh dị hay mua món đồ trang sức cho bản thân.

Mặc dù dương nhiên có nhiều điều phải bàn hơn về kinh nghiệm xúc cảm tích cực, công trình của Argyle và Crossland cung cấp cho chúng ta một khuôn khổ trong đó một số nghiên cứu ấy diễn ra. Bằng cách chứng minh cách nhận dạng và phân loại kinh nghiệm cảm xúc tích cực, họ mở ra khả năng rằng những khía cạnh khác nhau này có thể được tìm hiểu, có lẽ được bổ sung, sửa đổi và ít nhất được trau chuốt hơn là đặc trưng.

Sự khôi hài

Một cảm xúc tích cực khác, cũng dễ bị bỏ qua là sự khôi hài. Cũng như nhiều cảm xúc tích cực (như chúng ta đã biết có thể cũng là những cảm xúc khác) yếu tố xã hội là khía cạnh kinh nghiệm vô cùng quan trọng. Với sự khôi hài, yếu tố xã hội càng quan trọng hơn vì khôi hài theo định nghĩa là một hiện tượng xã hội.

Emerson (1969) chỉ rõ rằng khôi hài dưới hình thức chuyện đùa được đánh giá khác các hình thức tương tác xã hội khác ở chỗ chính thức không được "xem" như sự trao đổi nghiêm túc, có nghĩa là con người nhận thấy mình có khả năng bị rủi ro với sự khôi hài mà họ không nghĩ có khả năng chọn nếu người khác yêu cầu họ phải bình luận hay nhận xét theo cách ít được bảo vệ hơn. Khôi hài cũng là một công cụ xã hội quan trọng, làm giảm tình huống hay khuyến khích một quan điểm mới lạ đối với vấn đề.

Kahn (1989) nhận dạng 5 chức năng chính mà khôi hài phục vụ cho cá nhân và tập thể. thứ nhất là **đối phó.** Khôi hài giúp người ta thoát khỏi những khía cạnh có khả năng đe dọa trong tình huống sao cho họ có thể đối phó với tình huống tốt hơn một ít. Vì thế chẳng hạn những người làm việc trong các dịch vụ khẩn cấp thường sử dụng khôi hài theo cách đối với người bên ngoài có vẻ là nhẫn tâm, nhưng thực ra giúp họ đối phó đối với sự việc đang diễn ra tốt hơn. Chức năng thứ hai là **định lại khuôn khổ** – khôi hài giúp con người nhìn vấn đề mà trước đây họ cho là mặc nhiên, theo cách nhìn mới hay tái cấu trúc kinh nghiệm của mình theo cách chuyển tải ngụ ý khác nhau. Kahn cũng nêu rõ **truyền đạt** là một vai trò quan trọng đối với khôi hài, giúp con người trao thông tin mà họ không thể nói nhất là đối với những kinh nghiệm "kiêng kỵ" trong xã hội như chết hay mất đi người thân.

Chức năng thứ tư của khôi hài mà Kahn nhận dạng là **thể hiện sự thù địch** – không phải là đặc biệt đối với suy nghĩ phân biệt giới tính hay phân biệt chủng tộc thù địch được diễn đạt sử dụng phương tiện chuyện đùa. Định khung phê bình như thế này làm cho người tiếp nhận khó phản đối nhưng khôi hài như thế đôi lúc cực kỳ độc ác. Khôi hài gây hấn giữa các nhóm thường phản ánh sự tồn tại mối căng thẳng đã có ở nhóm, theo cách vô hại hơn, dùng để nhạo báng hay làm giảm giá trị các thành viên thuộc nhóm khác hay thay cho sự đối đầu hiển nhiên. Chẳng hạn, thành viên của một bộ phận trong cơ quan thể hiện thái độ thù địch đối với thành viên trong bộ phận khác bằng cách cho họ xem các tranh biếm họa: "those paperheads over in accounting".

Chức năng thứ năm của khôi hài mà Kahn nhận dạng là **xây dựng nhận dạng.** "Chuyện vui nội bộ" thường dùng để duy trì hay thiết lập sự cố kết của nhóm và để cung cấp chứng cứ rằng người đang nói là thành viên của nhóm xã hội ấy. Như thế khôi hài thường dùng để giúp thành viên trong nhóm tạo ra ranh giới giữa nhóm của mình với người khác.

Dĩ nhiên có nhiều cảm xúc tích cực hơn, một số trở thành đối tượng nghiên cứu – chẳng hạn nghiên cứu tình yêu và yêu thương mà chúng ta sẽ khảo sát trong Chương 14. Mặc dù các nhà nghiên cứu chỉ mới bắt đầu tìm hiểu dải cảm xúc tích cực trong đời sống của chúng ta. Như nghiên cứu của Argyle cho thấy, cảm xúc tích cực rất nhiều và phức tạp, nhưng tiếc thay phần lớn vẫn bị xem là tương đối không quan trọng ít nhất cũng nên được nghiên cứu, do đó hiểu biết của chúng ta về những cảm xúc này vẫn còn khá hạn chế.

Nghiên cứu cảm xúc có nhiều hình thức từ khảo sát cơ chế sinh lý đến tìm hiểu khía cạnh kinh nghiệm cá nhân và xã hội. Khi nghiên cứu động cơ thúc đẩy tâm lý học cũng phức tạp tương tự. Trong khi nghiên cứu ban đầu về động cơ thúc đẩy chú trọng khía cạnh sinh lý thì những cuộc khảo sát gần đây hơn đã mở rộng sang các khía cạnh xã hội, nhận thức và văn hóa.

ĐỘNG CƠ THÚC ĐẨY

Trong những năm đầu của ngành tâm lý học, vấn đề động cơ thúc đẩy – tại sao con người hay động vật có hành động như thế – phần lớn sử dụng khái niệm "bản năng". Trong Chương 22 chúng ta khảo sát chi tiết hơn một số quan điểm về "bản năng". Nhưng trở ngại trong việc giải thích vấn đề bằng cách sử dụng khái niệm "bản năng" thực ra không phải là lời giải thích mà chỉ tạo ra nhiều nghi vấn hơn.

Chẳng hạn đối với một nhà tâm lý học sinh lý, không đủ để cho rằng sự việc diễn ra vì bản năng vì cho dù thực sự diễn ra đi nữa (điều này rất đáng ngờ, vì hầu hết định nghĩa bản năng đều quá mơ hồ đến mức không được dùng nhiều), chúng ta vẫn cần biết nhiều hơn nữa. Chẳng hạn "bản năng" khó hiểu này làm cơ co thắt để thực hiện hành động – và đó chỉ là khởi đầu. Khi đề cập hành vi con người, động cơ thúc đẩy phức tạp hơn là sự thực hiện động tác và hành động. Ngay cả đối với hình thức động cơ thúc đẩy đơn giản nhất chúng ta cũng cần chứng minh "bản năng" tạo ra hành vi như thế nào.

THUYẾT XU THẾ ĐỘNG CƠ THÚC ĐẨY

Trong nửa đầu thế kỷ 20, các nhà tâm lý học quan tâm đến động cơ thúc đẩy thường sử dụng khái niệm "bản năng" nhưng nỗ lực của họ là cố tìm hiểu tác động của bản năng đối với hành vi. McDougall (1932) cho rằng nghiên cứu động cơ thúc đẩy có thể được tiếp cận tốt nhất bằng việc nhận dạng một dải hành vi khác nhau ở động vật, và cho rằng mỗi hành vi này tượng trưng sự thể hiện một số loại **xu thế** cơ bản, cung cấp nghị lực để hành vi diễn ra. Vì thế, theo McDougall, hiện diện của một xu thế có thể suy luận từ hành vi mà động vật đang thể hiện.

Có nhiều nỗ lực phân loại các loại xu thế khác nhau. Morgan (1943) đưa ra sự phân biệt giữa **xu thế sơ cấp** – xu thế thỏa mãn nhu cầu cơ bản trong cơ thể sống và **xu thế thứ cấp** được tập quen hay mang tính xã hội. Morgan chia nhỏ xu thế sơ cấp thành hai loài: **xu thế sinh lý** gồm những nhu cầu thiết yếu về sinh lý chắc chắn phải có như đói, ngủ, khát và tình dục, và **xu thế chung** gồm các mục tiêu thuộc dải rộng hơn hay kém cụ thể hơn như phát hiện, sợ hãi, vận dụng và yêu mến.

Giảm bớt xu thế

Hull (1943) cho rằng mọi sự tập quen ở động vật đều trên cơ sở nhu cầu giảm bớt một số loại xu thế sơ cấp. Theo Hull, **giảm bớt xu thế** là những gì được thúc đẩy và được khuyến khích tập quen: chuột tập quen cách đè đòn bẩy trong hộp Skinner chỉ vì nó đói bụng và phần thưởng thức ăn làm giảm cơn đói ấy. Không có thức ăn để thỏa mãn xu thế đói sơ cấp, sẽ không có sự tập quen. Thuyết của Hull rất lý thú vì đưa ra một biến số bên trong đối với quan điểm tập quen kích thích – phản ứng. Những người theo thuyết hành vi như Watson (xem Chương 1), cho rằng tập quen diễn ra qua sự liên kết trực tiếp giữa kích thích và phản ứng (S-R). Nhưng Hull cho rằng tình trạng cơ thể bên trong là bộ phận cần thiết cho sự tập quen ấy – sự liên kết là **kích thích – cơ thể – phản ứng** (S-O-R).

Ngoài ra, Hull lập luận nếu một tác nhân kích thích luôn đồng nhất với sự thỏa mãn xu thế sơ cấp – chẳng hạn một người mẹ luôn có mặt bất cứ khi nào con mình đói – thì lúc đó chính kích thích ấy trở thành phần thưởng qua sự liên tưởng. Vì thế, theo Hull, ngay cả hành vi phức tạp cũng được phát hiện, truy nguyên nguồn gốc động cơ thúc đẩy theo nghĩa thỏa mãn xu thế sơ cấp. Chính tình trạng bên trong cơ thể quyết định cơ thể có tập quen hay không.

Bộ phận của não gọi là vùng dưới đồi chịu trách nhiệm duy trì **nội hằng định** trong cơ thể - duy trì trong trạng thái ổn định sao cho cơ thể hoạt động ở mức tối ưu. Năm 1967, Grossman đưa ra sự phân biệt giữa xu thế nội hằng định và không phải nội hằng định. **Xu thế nội hằng định** được kích hoạt bên trong do tình trạng cơ thể. Đói, khát, và duy trì thân nhiệt – đều được khởi sự bên trong, liên quan đến việc duy trì nội hằng định. Nhưng **xu thế không phải nội hằng định** được các sự kiện bên ngoài kích hoạt hơn là tình trạng bên trong. Chẳng hạn: hoạt động tình dục, đánh thức cảm xúc và mức độ hoạt động chung của cơ thể là những loại hành vi chỉ liên quan khi có sự có mặt của các gợi ý thích hợp từ môi trường. Grossman cho rằng điều quan trọng cần phân biệt giữa các xu thế do gợi ý bên trong kích hoạt và những xu thế do gợi ý bên ngoài kích hoạt vì thông qua cơ chế sinh lý nên những xu thế này hoạt động rất khác nhau.

Khái niệm xu thế là một khái niệm rất phổ biến trong ngành tâm lý học ở thập niên 1950 và 1960. Maslow (1954) thậm chí cho rằng các hình thức động cơ thúc đẩy cao hơn ở người có thể phân loại theo nghĩa "nhu cầu" tiếp thêm sinh lực cho hành vi. Theo hệ thống thứ bậc của Maslow, nhu cầu cơ bản hay nguyên thủy hơn phải được thỏa mãn trước khi các nhu cầu cấp cao trở nên quan trọng. Tuy nhiên, loại tiếp cận với thuyết xu thế này kết hợp các khía cạnh xã hội và nhận thức hoàn toàn phức tạp trong hành vi con người, và cũng khác với động cơ thúc đẩy do các nhà tâm lý học sinh lý nghiên cứu. Vì hầu hết nghiên cứu thực nghiệm tiến hành dùng động vật làm đối tượng nên chú ý của các nhà tâm lý học trong thời điểm ấy hầu hết tập trung vào xu thế cơ bản, sơ cấp chứ không phải động cơ thúc đẩy xã hội phức tạp hơn.

Mô hình giảm bớt xu thế động cơ thúc đẩy bị nhiều người không thừa nhận. Các nhà tâm lý học nhân văn như Carl Rogers cho rằng nhu cầu cấp cao như **nhu cầu tự thể hiện tiềm năng** mang tính cơ bản đối với con người, không đơn thuần là kết quả của chuỗi liên kết phức tạp từ nuôi dưỡng thời thơ ấu hay sự thăng hoa của xu thế tình dục (xem Chương 7). Các nhà tâm lý học sinh lý cũng phát hiện rằng động vật tập cách đè đòn bẩy để có phần thưởng không phải là thức ăn, như ánh đèn nhấp nháy hay âm thanh như chúng ta sẽ thấy phần cuối chương này. Vì thế dần dần thấy rõ rằng mô hình động cơ thúc đẩy của Hull như sự giảm bớt xu thế không phải là lời giải thích hoàn chỉnh. Nhưng khi nghiên cứu thể hiện sự đói cơ bản đang tiếp diễn, đã tiết lộ nhiều cơ chế cơ bản chúng ta sẽ khảo sát trước khi đi đến nghiên cứu một số hình thức động cơ thúc đẩy xã hội phức tạp hơn.

Sự đói

Một trong những điều lý thú về ăn uống là ở chỗ chúng là những hoạt động để thỏa mãn nhu cầu chưa xảy ra. Nói chung, chúng ta không ăn bởi vì đang thực sự đói. Thay vào đó chúng ta ăn chỉ để phòng ngừa tình huống cực đoan như thế phát sinh – chúng ta ăn rất lâu, sau đó cơ thể bắt đầu mới có cảm giác đói, điều này ngụ ý rằng trong một số cách chúng ta giám sát tài nguyên trong cơ thể và dự đoán điều gì sẽ thỏa mãn nhu cầu của mình sau này.

Một trong những vấn đề đầu tiên là làm sao biết khi nào không ăn? Le

Magnen (1972) chứng minh rằng khi ăn, thực ra người ta không ăn trong thời gian rất dài, và chỉ ngưng ăn rất lâu trước khi thức ăn được tiêu hóa. Động vật cũng thế: nói chung, động vật đói bụng sẽ ăn đến mức nào đó nhưng sau đó không chịu ăn tiếp cho dù đối với nó không thể tiêu hóa thức ăn vừa ăn.

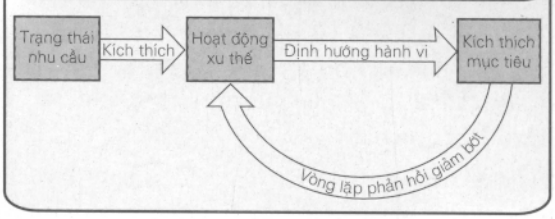
Thuyết xu thế cho rằng quá trình thỏa mãn nhu cầu gồm 4 đặc điểm chính, thứ nhất là sự hiện diện **trạng thái nhu cầu** trong cá nhân (hay "cơ thể sống" như các nhà nghiên cứu này thích gọi): cá nhân đói bụng, khát nước hay trạng thái tương tự. Sau đo trạng thái nhu cầu này kích thích **hoạt động xu thế** định hướng hành vi của cơ thể sống đối với kích thích mục tiêu: thức ăn, nước hay bất kỳ thứ gì khác có thể thỏa mãn nhu cầu. Khi đạt được **kích thích mục tiêu,** vòng lặp phản hồi phản ứng nhanh sau đó làm giảm hoạt động xu thế. Thông tin chuyển qua **vòng lặp phản hồi** đảm bảo rằng hành vi dừng lại ở một điểm thích hợp nhưng chính trạng thái nhu cầu khởi sự cả quá trình được giảm bớt dần dần rất nhiều (Hình 13.7).

Sự thỏa mãn

Năm 1942, Hetherington và Ranson cho thấy rằng chuột thí nghiệm bị tổn thương ở nhân giữa bụng thuộc vùng dưới đồi (gọi tắt là VMH) sẽ ăn rất nhiều, trở thành béo phì. Các nhà nghiên cứu cho rằng vùng dưới đồi này phải là vùng điều tiết cơn đói. Thương tổn não làm hỏng vùng này có nghĩa là cơn đói gia tăng, vì thế động vật ăn quá mức.

Tuy nhiên, một loạt nghiên cứu của Miller, Bailey và Stevenson (1950) cho thấy giải thích này không phải là giải thích thích hợp. Thứ nhất, động vật bị thương tổn VMH không có cố gắng kiếm thức ăn mặc dù chúng sẽ ăn quá nhiều nếu gặp. Đói là một trạng thái thúc đẩy vì thế được xem là tạo ra cố gắng: Miller *và người khác* lập luận nếu động vật đói thật sự thì chúng sẵn sàng cố gắng tìm thức ăn như số chuột đói bụng thông thường. Ngoài ra, trong khi số chuột đói thông thường quen cách chịu đựng kích thích khó chịu (như điện giật nhẹ) để tìm thức ăn, số chuột bị thương tổn VMH sẽ không làm điều này. Nếu có trở ngại bất kỳ, chúng cũng không bực mình với thức ăn bổ sung. Trong một tình huống cung cấp thức ăn thoải mái thì chúng sẽ ăn nhiều hơn số chuột đói thông thường.

Hình 13.7 Thuyết giảm bớt xu thế



Miller, Bailey và Stevenson (1950) cho rằng có lẽ tổn thương VMH không làm tăng cơn đói. Thay vào đó, họ cho rằng thương tổn bị cơ chế làm ngừng ăn ngắt quãng: **cơ chế thỏa mãn** đánh giá khi nào là động vật đã ăn no. Vì chúng không nhận được tín hiệu "dừng" thích hợp từ não nên vẫn cứ tiếp tục ăn.

Năm 1951, Anand và Brobeck chứng minh rằng thương tổn ở vùng dưới đồi khác, vùng dưới đồi bên (LH), tạo ra kết quả ngược lại – hoàn toàn không ăn. Động vật thí nghiệm bị thương tổn ở LH theo nghĩa đen tự nhịn đói cho đến chết, hay ăn rất ít đến mức suy dinh dưỡng. Anand và Brobeck cho rằng LH là một loại trung tâm khởi sự nuôi dưỡng, kích hoạt hành vi ăn. Khi bị thương tổn phá hủy, những động vật này không nhận được thông tin thích hợp để bắt đầu nuôi dưỡng vì thế chúng hoàn toàn không ăn.

Ngụ ý của những nghiên cứu này là có hai vùng dưới đồi khác nhau tham gia việc điều tiết cơn đói. Một trong những vùng này là "trung tâm nuôi dưỡng" kích hoạt ăn và một vùng khác là "trung tâm thỏa mãn" làm ngừng ăn. Mô hình này nhận được sự ủng hộ vào năm 1967, khi Arees và Mayer chứng minh rằng có những sợi thần kinh liên kết hai vùng dưới đồi, vì thế cả hai có thể cùng phối hợp để tạo ra hành vi nuôi dưỡng phối hợp.

Chất truyền thần kinh và nuôi dưỡng

Grossman (1960) nhận thấy các đường truyền thần kinh giống nhau có vẻ tham gia vào cả ăn lẫn uống. Có những sự khác biệt trong hai hành vi có vẻ liên quan đến các chất truyền thần kinh khác nhau. Chẳng hạn, nếu noradrenaline được tiêm vào một vị trí cụ thể trong vùng dưới đồi, thì chuột có hành vi nuôi dưỡng, nhưng nếu tiêm acetylcholine vào cùng vị trí trên, chúng sẽ uống. Thuốc amphetamine cũng được phát hiện kiềm chế hoạt động nuôi dưỡng, và điều này cũng có vẻ liên kết với chức năng hoạt động của chất truyền thần kinh: amphetamine có vẻ được tiếp nhận ở các vị trí thụ quan nơron liên quan đến hành vi nuôi dưỡng (xem Chương 11 để biết giải thích về hoạt động của thuốc và chất truyền thần kinh).

Theo sau đề xuất của Grossman, các nhà nghiên cứu khác bắt đầu khảo sát vai trò của chất truyền thần kinh trong động cơ thúc đẩy. Leibowitz (1970) cho rằng có hai loại vị trí thụ quan khác nhau trong vùng dưới đồi. Một loại là **noradrenergic** – phản ứng với chất truyền thần kinh noradrenaline, và một loại kích hoạt hay kích thích hành vi nuôi dưỡng. Loại khác theo Leibowitz phản ứng với amphetamine, ức chế nuôi dưỡng. Năm 1973, Gold chứng minh rằng thương tổn tạo ra sự béo phì ở động vật được định vị ngay phía sau nhân giữa bụng chứ không phải ngay nhân, và cho rằng những gì thương tổn này thực sự liên quan là cắt đứt đường truyền noradrenergic hơn là làm thương tổn chính nhân giữa bụng.

Vấn đề trong quan điểm này là một trong những tác dụng của thuốc amphetamine thực sự làm tăng việc sản xuất noradrenaline, chứ không làm giảm nó, tuy nhiên đồng thời, amphetamine kiềm chế sự thèm ăn. Nếu noradrenaline kích thích nuôi dưỡng như mô hình ban đầu của Leibowitz đề xuất thì đối với amphetamine không thể làm giảm sự thèm ăn. Nhưng năm 1973, Leibowitz cho rằng có nhiều loại thụ quan noradrenergic khác nhau. Một số thụ quan noradrenergic theo Leibowitz có tác dụng kích thích và sẽ kích thích việc ăn trong khi những thụ quan khác có tác dụng ức chế và làm cho cơ thể sống giảm xu hướng ăn. Điều này giúp các nhà nghiên cứu hiểu nhiều hơn về các quá trình hóa thần kinh phức tạp đang diễn ra.

Tất cả những chứng cứ này bao gồm thí nghiệm ở động vật – thường là chuột thí nghiệm. Nhưng một số nghiên cứu ở người cũng ủng hộ mô hình dần dần đang được phát triển. Chẳng hạn: năm 1969 Reeves và Plum báo cáo một trường hợp lâm sàng một phụ nữ trẻ có khối u não. Trọng lượng cơ thể trong hai năm tăng gấp đôi với khối u ngày càng lớn do ăn quá độ. Sau khi chết, phẫu thuật tử thi cho thấy khối u não nằm gần nhân giữa bụng ở vùng đồi thị cho thấy cơ chế tương tự cũng hoạt động ở người.

Kết quả của một số chứng cứ này, một số bác sĩ phẫu thuật gây thương tổn ở vùng dưới đồi bên như cách điều trị sau cùng đối với chứng béo phì quá độ. Quaade, năm 1971 báo cáo một số trường hợp này. Như một phần phẫu thuật, bệnh nhân được kích thích não trong khi vẫn còn tỉnh (một phần để giúp bác sĩ phẫu thuật phẫu thuật vùng thích hợp), Quaade chứng minh rằng khi vùng này được kích thích trong khi phẫu thuật não thì báo cáo bằng lời của bệnh nhân bao gồm mô tả có cảm giác rất đói.

Trọng lượng lý tưởng

Năm 1972, Nisbett nêu ra điều quan trọng trong việc tìm hiểu thương tổn vùng đồi thị có ảnh hưởng ra sao có thể là do cơ thể có **trọng lượng lý tưởng** được điều tiết bên trong. Khi trọng lượng lý tưởng đang hoạt động, việc ăn được kích hoạt khi trọng lượng cơ thể thấp hơn trọng lượng lý tưởng ấy và sự thỏa mãn diễn ra khi cơ thể đã ăn đủ mức để lấy lại điểm trọng lượng lý tưởng. Cả hai cơ chế hoạt động thông qua cơ chế nội hằng định trong vùng đồi thị.

Nisbett cho rằng thương tổn vùng đồi thị dù ở nhân giữa bụng hay vùng dưới đồi bên cũng làm trọng lượng lý tưởng của cơ thể thay đổi. Thương tổn ở VMH làm tăng trọng lượng lý tưởng, trong khi thương tổn ở LH làm trọng lượng lý tưởng giảm. Vì thế động vật bắt đầu ăn hoặc nhiều hơn, hoặc ít hơn cho đến khi trọng lượng lý tưởng của nó đạt đến điểm lý tưởng mới. Nisbett cho rằng một điều gì đó tương tự cũng diễn ra ở người bị béo phì.

Bệnh béo phì do thương tổn VMH tạo ra trong thí nghiệm biểu thị một số đặc điểm khác biệt. Năm 1982, Weingarten đề cập số chuột mắc bệnh béo phì này rất khó tính khi chọn thức ăn: mặc dù trong một bữa ăn chúng ăn nhiều hơn số chuột bình thường nhưng không phải ăn mọi thứ. Chẳng hạn, chúng ăn bánh qui sô-cô-la liên tục nhưng không ăn thức ăn có chất ký ninh (để bánh có vị hơi đắng), chỉ có số chuột đói bụng thông thường ăn số bánh này. Những động vật này kém hoạt động hơn về tình dục lẫn mức độ hoạt động chung và dễ nổi cáu hơn. Schachter (1971) nhận xét có những đặc điểm tương tự ở người bị béo phì chứng tỏ rằng một lần ăn họ ăn nhiều hơn người bình thường và cũng khó tính về khẩu vị, ăn nhiều hơn nếu thức ăn hợp khẩu và ít hơn nếu thức ăn có vị đắng. Người béo phì cũng thế theo Schachter thường có khuynh hướng kém hoạt động và thể hiện xúc cảm gia tăng.

Tuy nhiên không phải cho rằng tất cả bệnh béo phì đều có thể giải thích theo nghĩa vùng dưới đồi bị thương tổn hoạt động sai chức năng. Năm 1976, Sclafani và Springer chứng minh rằng số chuột bình thường cũng ăn đủ mức để trở thành béo phì nếu chúng liên tục gặp thức ăn khoái khẩu, mới lạ. Chúng phản ứng rất mạnh đối với mùi vị thức ăn. Powley (1977) nêu rõ mọi cố gắng bất kỳ tạo ra lý thuyết cơ chế động cơ thúc đẩy chung của sự đói cần tính đến những yếu tố bên ngoài này. Cơ chế nhận cảm và nhận thức bao gồm khứu và vị giác cũng quan trọng như cơ chế nội hằng định bên trong. Trong xã hội tiêu dùng của chúng ta, con người liên tục gặp những hình ảnh thức ăn rất đáng thèm thuộc tất cả mọi loại khác nhau, chúng ta không cần xét đến chức năng hoạt động của vùng dưới đồi để giải thích tại sao một số người trở nên béo phì.

Đói và khát liên kết mật thiết với quá trình duy trì nội hằng định. Vai trò chính của vùng dưới đồi có vẻ duy trì chức năng hoạt động của cơ thể ở mức tối ưu. Để làm điều này, vùng dưới đồi tiếp nhận thông tin về tình trạng bên trong của cơ thể, khởi sự hành động nhằm sửa chữa những tình trạng ấy nếu chúng to ra kém tối ưu. Như chúng ta đã biết, vùng dưới đồi có cơ chế tạo ra việc ăn và ngừng ăn, cũng có các nhân khác có vẻ cũng tương tự đối với khát và các nhân khác liên quan đến việc duy trì thân nhiệt cũng như các chức năng cần thiết khác. Bằng cách khởi đầu hành động sửa chữa tình trạng mất cân bằng hay không tối ưu, vùng dưới đồi đưa cơ thể trở lại chức năng hoạt động tối ưu. Vì thế đối với loại động cơ thúc đẩy này, ít nhất nghiên cứu cho thấy cơ chế sinh lý liên quan mật thiết với các xu thế sơ cấp.

Khám phá

Như chúng ta đã biết lý thuyết giảm bớt xu thế do McDougall (1932) đề xuất, và sau này của Hull (1943) cho rằng mọi hành vi được "tiếp thêm sinh lực" bằng xu thế. Nhưng cả động vật lẫn con người cũng làm nhiều việc không trực tiếp liên quan đến việc làm giảm xu thế sơ cấp. Hebb (1955) chứng minh rằng loài khỉ tập quen cách giải quyết tình huống khó xử để không có được phần thưởng cụ thể, rõ ràng tìm thấy một số phần thưởng vốn có trong chính bản thân công việc. Chúng nhận thấy nếu được quan sát số khỉ khác hơn là chỉ ngồi không đã là một phần thưởng. Vì thế thật khó nhận thấy tất cả các loại hành vi giải thích như sự giảm bớt xu thế ra sao. Tuy nhiên, một số nghiên cứu cho thấy phần lớn hành vi động vật thực ra liên kết với các loại xu thế cơ bản hơn chẳng hạn như khám phá thậm chí khi không có vẻ là trường hợp nổi bật.

Năm 1959, Welker chứng minh loài chuột tận dụng mọi cơ hội để thoát khỏi một ma trận mới mà trước kia chúng chưa phát hiện, và cho rằng xung phát hiện ở chuột liên kết mật thiết với động cơ thúc đẩy trốn. Blanchard, Kelly và Blanchard (1974) chứng minh rằng loại phản ứng này có giá trị sống còn. Sử dụng hai nhóm chuột: một đã có kinh nghiệm khám phá ma trận phức tạp, một chưa kinh nghiệm. Cả hai nhóm bỏ vào ma trận chung với một con mèo. Blanchard *và người khác* nhận thấy nhóm đã tìm hiểu ma trận trước kia điếng người khi thấy mèo, gần như hoàn toàn bất động. Nhưng số chuột chưa khám phá ma trận cứ chạy khắp ma trận qua các lối đi. Họ cho rằng nhóm thứ nhất, qua khám phá, tìm hiểu trước kia đã hiểu rằng không thể thoát khỏi ma trận và áp dụng hiểu biết ấy để sửa đổi phản ứng của chúng khi gặp mèo – làm tăng khả năng sống còn.

Bản đồ nhận thức

O'Keefe và Nadel (1978) cho rằng hành vi khám phá có thể liên kết với hoạt động của cấu trúc não gọi là **vùng cá ngựa.** Sử dụng kỹ thuật vi điện cực, họ nhận thấy mẫu điện cực phóng điện trong khi chuột đang tìm hiểu ma trận có vẻ ghi lại vị trí của chuột trong chính ma trận (để tránh tác dụng thị giác không cần thiết, họ dùng một ma trận đặc biệt không cho phép chuột nhìn xa). Lần đầu tiên, quan điểm này đưa ra một số sự ủng hộ sinh lý học đối với quan điểm **bản đồ nhận thức** của Tolman, chúng ta đã khảo sát trong Chương 5, và sẽ nghiên cứu tiếp trong Chương 18. Tolman (1932) phát hiện rằng chuột có vẻ phát triển sự mô tả bên trong một ma trận phức tạp nếu chúng được phép khám phá ma trận và áp dụng hiểu biết này khi việc áp dụng có lợi thế.

Khám phá là một dạng động cơ thúc đẩy phức tạp chịu nhiều tác động của nhiều yếu tố. Trong thập niên 1960, nhiều nhà nghiên cứu cho rằng khám phá có thể liên kết với mức độ đánh thức chung của cơ thể nhưng nghiên cứu thực nghiệm nhằm khảo sát quan điểm này chứng tỏ có nhiều mâu thuẫn. Trong một số nghiên cứu, chuột bị căng thẳng (tạo mức đánh thức cao) tìm hiểu nhiều hơn nhưng trong các nghiên cứu khác chúng tìm hiểu ít hơn. Một số nghiên cứu cho rằng nói chung giữa cả hai không có sự liên kết. Mặc dù một số kết quả mâu thuẫn thấy rõ này là do điều kiện thí nghiệm khác nhau – như số lượng tính mới lạ mà động vật đối mặt – điều dễ thấy là mọi mối quan hệ bất kỳ giữa đánh thức và tìm hiểu không hẳn là mối quan hệ đơn giản.

Kích thích điện não

Năm 1954, Alds và Milner phát hiện rằng kích thích điện ở một số bộ phận cụ thể trong não dường như tạo ra phần thưởng cao. Chuột học cách đè đòn bẩy để "kiếm" kích thích điện ngắn qua các điện cực cắm vào những vùng này. Ngoài ra, chuột hoạt động rất hăng để có được kích thích này, một giờ chuột đè đòn bẩy đến cả ngàn lần trong nhiều giờ mới chấm dứt. Spies (1965) chứng minh rằng nếu đối mặt với sự lựa chọn giữa **kích thích điện não (ESB)** và thức ăn, thì chuột đói bụng sẽ chọn ESB cho dù đang gần chết đói.

Ban đầu, Olds và Milner cho rằng điện cực mà họ cắm vào rơi đúng vào **trung tâm thú vị** trong não tượng trưng đường truyền thần kinh trung ương cho tất cả hệ thống thưởng khác nhau của cơ thể. Hầu hết các vùng "trung tâm thú vị" dường như nằm gần vùng dưới đồi vì thế quan điểm cho rằng có các đường truyền động cơ thúc đẩy chung liên quan với cảm giác thú vị, liên kết với một số chứng cứ trước đây về vai trò của vùng dưới đồi trong động cơ thúc đẩy.

Mặc dù các nhà nghiên cứu bắt đầu phát hiện rất nhanh rằng ESB khác với phần thưởng thông thường theo nhiều cách. Vì một lẽ, như chúng ta đã biết nó không biểu thị sự thỏa mãn: động vật thí nghiệm tiếp tục tìm kiếm nhưng không hề có vẻ thỏa mãn. Nhưng mặt khác chúng phân biệt rất nhanh. Nơi nào hầu hết các loại tưởng thưởng tạo ra sự tập quen dần dần biến mất thì nơi đó việc đè đòn bẩy để được thưởng ESB sẽ biến mất nhiều hơn hay ít hơn ngay sau khi động vật ngưng nhận được phần thưởng – đôi khi chỉ hai ba lần đè đòn bẩy không kết quả cũng đủ cho chuột không đè nữa. Chuột không đè tiếp đòn bẩy sau khi gián đoạn. Gallistel (1973) chứng minh rằng chuột đè đòn bẩy điên cuồng chỉ một giờ trước sẽ phớt lờ đòn bẩy tương tự khi đặt phía trước chuột. Chuột đè đòn bẩy để có kích thích ESB chỉ khi nào được cho một vài "mẫu" đầu tiên. Điều này khác hẳn với tập quen thông thường trên cơ sở phần thưởng thức ăn, biến mất rất chậm, và thường biểu hiện sự phục hồi tự phát ngay cả sau khi biến mất (xem Chương 18).

Một giải thích có thể đối với sự khác nhau giữa ESB, và phần thưởng thông thường là do lượng thời gian trôi qua giữa hành động và củng cố. Dĩ nhiên, với ESB, phần thưởng diễn ra trực tiếp trong khi với phần thưởng thức ăn thông thường, có sự trì hoãn trong khi chuột nhận viên thức ăn từ máng phân phối và ăn sau đó. Mogenson và Phillips (1976) chứng minh rằng chuột được thưởng khi đè đòn bẩy bằng cách được tiêm glucose trong tĩnh mạch trực tiếp phản ứng theo cách giống với ESB: thường xuyên đè đòn bẩy, nhanh chóng mỏi mệt và không sống thoải mái ở thời gian cách quãng không nhận được phần thưởng.

Động cơ và phần thưởng

Một giải pháp có thể đối với những khác biệt này là phải phân biệt giữa **động cơ**, tác động khuyến khích hành vi nhưng không làm giảm xu thế và **phần thưởng** trực tiếp làm giảm xu thế bên trong. Crow (1973) cho rằng có sự khác nhau trong đường truyền thần kinh phần thưởng và động cơ, động cơ kích thích đường truyền dopamine trong não, và phần thưởng làm giảm xu thế (như thức ăn) kích thích đường truyền noradrenaline. Gallistel (1973) cho rằng kích thích nhận cảm như khứu và vị giác tác động như động cơ nhưng trở thành phần thưởng vì chúng thường đồng nhất với kích thích đường truyền phần thưởng. Gallistel đi đến giả định cho rằng có thể ESB kích thích đường truyền động cơ giải thích tại sao nó không tác động theo cách giống như phần thưởng quy ước.

Có một số ủng hộ thực nghiệm đối với quan điểm này. Chẳng hạn, Valenstein (1967) chứng minh rằng mẫu đè đòn bẩy ở chuột được phép nếm hỗn hợp đường saccharine và sucrose, nhưng không cho đường nuốt vào bao tử (động cơ vị giác nhưng không có phần thưởng thỏa mãn cơn đói) cũng giống như mẫu đè đòn bẩy ESB. Mặc dù điểm yếu của giải thích động cơ đối với ESB là không giải thích tại sao động vật không biến đổi tập tính đối với ESB cũng như đã làm đối với khứu và vị giác. Mặc dù có thể sự biến đổi tập tính là một thuộc tính của các thụ quan nhận cảm hơn là thuộc tính của hệ động cơ thúc đẩy bên trong, trong trường-hợp này không thể là một trở ngại nhiều như thế.

ESB ở người

Như bạn hình dung, số lượng nghiên cứu về ESB ở người hạn chế nhưng cũng có một số. Năm 1963 Heath báo cáo hai bệnh nhân có các điện cực nhỏ cắm vào các vùng khác nhau của não. Họ có thể kích hoạt những điện cực này bằng cách bấm nút trên hộp kiểm soát đeo ở thắt lưng. Một bệnh nhân thường bấm nút để kích thích vùng vách của hệ limbic, báo cáo rằng anh ta làm thế vì có cảm giác "dễ chịu" giống như cảm giác cực khoái khi giao hợp. Bệnh nhân khác không thể hiện sự ưa thích nào rõ ràng nhưng báo cáo một số lần bấm nút cũng làm anh ta dễ chịu.

Năm 1973, Campbell báo cáo các bệnh nhân phẫu thuật được ESB ở vùng vách hệ limbic. Họ mô tả kích thích này khiến họ có cảm giác "tuyệt vời", "hạnh phúc" hay "ngà ngà say". Nếu được kích thích ở mức độ nhanh (khoảng 1000 lần mỗi giờ) có vẻ họ hoàn toàn hạnh phúc không làm chuyện gì khác trong suốt 6 tiếng đồng hồ (thời gian dài nhất cho phép). Trong một số sách khoa học viễn tưởng của mình, nhà văn Larry Niven cho rằng 'wireheading' sẽ gây nghiện sau này, thay thế ma túy gây nghiện như heroin hay amphetamine. Nhưng chúng ta cần nhớ những bệnh nhân này đã gặp những rối loạn cực kỳ nghiêm trọng ở cơ thể – giống như đau liên tục và cực độ do ung thư thời kỳ cuối hay động kinh hồi qui, không thể kiểm soát – vì thế có thể phản ứng của họ chịu ảnh hưởng bởi sự khuây khỏa khỏi bị bệnh trạng tác động hơn là thuần túy phản ánh tác dụng kích thích điện não ESB.

LÝ THUYẾT NHU CẦU CON NGƯỜI

Khi khảo sát chi tiết động cơ thúc đẩy ở người, chúng ta nhận dạng nhiều cách khác nhau làm động cơ thúc đẩy hành vi ở người, một số nói chung không liên quan mấy đến cơ chế sinh lý. Tuy nhiên, hầu hết giải thích về động cơ thúc đẩy ở người vẫn còn khuynh hướng định khung trong "nhu cầu" và "xu thế" cho dù nhu cầu được định dạng thường mang tính cá nhân hay xã hội hơn là sinh lý.

Động cơ thúc đẩy thành tựu

McClelland (1961) cho rằng động cơ thúc đẩy ở người có thể hiểu theo nghĩa "nhu cầu" chứ không phải "sinh lý". Thay vào đó, McClelland nhấn mạnh tầm quan trọng của nhu cầu xã hội, nhất là **nhu cầu thành tựu** (thường được gọi là **nAch)** và **nhu cầu hội nhập** (cũng thật lạ không gọi tắt là nAff!). McClelland cho rằng động cơ thúc đẩy thành tựu là lý do giải thích tại sao một số người có vẻ làm rất thành thạo trong khi người khác tỏ ra lưỡng lự, không có vẻ thành công.

Phần lớn đóng góp của McClelland đối với nghiên cứu động cơ thúc đẩy bao gồm phương pháp luận mà ông phát triển để cố đánh giá mức độ động cơ thúc đẩy thành tựu cơ bản. Một kỹ thuật là yêu cầu trẻ kể chuyện hay hoàn tất câu chuyện do người khác bắt đầu. Bằng cách xem nội dung truyện kể của trẻ, và trí tưởng tượng trẻ sử dụng, McClelland có thể tính điểm động cơ thúc đẩy thành tựu. Ông nhận thấy điểm này cũng tương quan với các đánh giá khác như báo cáo của phụ huynh hay giáo viên về khuynh hướng kiên nhẫn ở trẻ trong một nhiệm vụ cụ thể.

McClelland (1961) cũng cho rằng những xã hội khác nhau cũng như cá nhân thể hiện mức độ động cơ thúc đẩy thành tựu khác nhau, được phản ánh trong văn học và trí tưởng tượng sử dụng ở những nước này, McClelland cho rằng điều này giải thích thành công kinh tế của những nước ấy ở mức độ nào đó. Chẳng hạn, có sự tương quan cực cao giữa đánh giá sự tăng trưởng kinh tế với trí tưởng tượng, tư tưởng thịnh hành trong văn học, kịch nghệ ở những nước ấy: mức độ trí tưởng tượng định hướng thành tựu cao tương quan với những thời kỳ kinh tế thịnh vượng trong khi chủ đề định hướng thành tựu thấp có khuynh hướng xảy ra ở những thời kỳ suy thoái hay khủng hoảng kinh tế.

Điều thú vị cần suy đoán nhân quả ở đây: McClelland chứng minh sự tương quan và cho rằng có động cơ thúc đẩy cơ bản dùng để giải thích, nhưng có thể lập luận theo hai cách. Chẳng hạn người ta cho rằng có mức tưởng tượng thành tựu cao vì người thành tựu quá nhiều trong thời kỳ thịnh vượng và thành tựu của họ được phản ánh qua trí tưởng tượng. Do đó người ta lập luận rằng văn học hay nghệ thuật định hướng thành tựu truyền cảm hứng cho những người có nỗ lực nhiều hơn, do đó họ đóng góp nhiều hơn vào sự tăng trưởng kinh tế. Dĩ nhiên điều chắc chắn xảy ra là mối quan hệ tương tác, mỗi người đóng góp cho nhau. Bằng cách xét chủ đề trí tưởng tượng và lan tỏa khắp, McClelland đề cập **mô tả xã hội** của những xã hội liên quan. Chúng ta khảo sát mô tả xã hội chi tiết hơn trong Chương 15.

Các nhà nghiên cứu khác cũng khảo sát động cơ thúc đẩy thành tựu ở trẻ và nhận thấy tương quan rất cao với **mong đợi** của bố mẹ. Winterbottom (1953) chứng minh rằng động cơ thúc đẩy được đánh giá qua công việc hoàn tất câu chuyện tương quan với mong đợi của bố mẹ trẻ, qua phỏng vấn các bà mẹ. Bố mẹ trẻ với động cơ thúc đẩy thành tựu cao mong con mình đạt được những công việc phát triển (như buộc dây giày) sớm hơn và chắc chắn thưởng cho con bằng sự yêu mến.

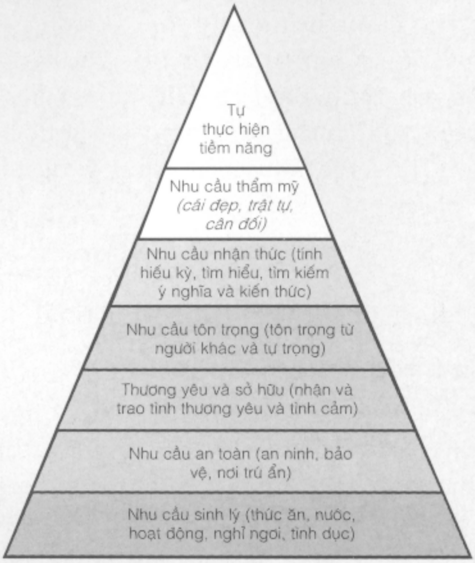
Rosen và d'Andrade (1959) yêu cầu phụ huynh quan sát con em trong trò chơi xây tháp trong khi bịt mắt, và nhận thấy phụ huynh của trẻ có động cơ thúc đẩy thành tựu ở mức cao đặt ra tiêu chuẩn cao nhưng cũng khen ngợi nỗ lực của trẻ nhiều hơn. một lần nữa thực sự chúng ta không thể nói điều nào là nguyên nhân của những gì (có lẽ phụ huynh phát triển mong đợi cao vì con em họ thường cố gắng chuyên cần), nhưng điều này có ràng buộc với tác động khác về sức mạnh mong đợi chẳng hạn như nghiên cứu dự đoán tự thực hiện của Rosenthal và Jacobsen (1968), mà chúng ta sẽ xét trong Chương 15 hay không.

Hệ thống thứ bậc nhu cầu của Maslow

Maslow (1954) cho rằng có nhiều nhu cầu phức tạp nhưng không phải tất cả những nhu cầu này đều quan trọng như nhau trong một thời điểm bất kỳ. Thay vào đó, chúng được sắp xếp theo hệ thống thứ bậc, với mỗi cấp nhu cầu khác nhau dựa vào giả định cho rằng nhu cầu bên dưới phải được thỏa mãn trước. Khi đã thỏa mãn nhóm nhu cầu thì mức độ kế tiếp trở nên quan trọng. Ở cạnh đáy kim tháp (Hình 13.8) là **nhu cầu sinh lý**, cần thiết cho sự sống còn của cơ thể. Nếu chúng ta trong tình huống không đáp ứng những nhu cầu này, theo Maslow, chúng ta phải dành nỗ lực để thỏa mãn chúng: kiếm thức ăn, nước uống hay nơi trú ẩn quan trọng hơn mọi nhu cầu khác. Nhưng nếu đã thỏa mãn những nhu cầu này thì chúng ta không nghĩ đến chúng nữa, lúc đó nhu cầu xã hội trở nên quan trọng hơn. Ở ngay đỉnh kim tháp là **sự tự thể hiện tiềm năng:** điểm phải thỏa mãn mọi nhu cầu của con người và con người ấy đang hoạt động ở đỉnh tuyệt đối.

Thuyết của Maslow trở nên thịnh hành như lời giải thích động cơ thúc đẩy trong công việc, phần lớn là vì thuyết có vẻ giải thích được chính nhu cầu của nhân viên có vẻ không bao giờ được thỏa mãn hoàn toàn: một khi đã được mức lương thích hợp thì nhân viên tìm kiếm sự thỏa mãn trong công việc ngày càng tăng và cứ thế. Tiếp cận theo hệ thống thứ bậc trong mô hình của Maslow dường như giải thích được điều này, hướng dẫn cho các nhà quản trị cũng như loại vấn đề nào quan trọng.

Hình 13.8 Hệ thống thứ bậc nhu cầu của Maslow


Tự thực hiện tiềm năng
Nhu cầu thẩm mỹ *(cái đẹp, trật tự, cân đối)*
Nhu cầu nhận thức (tính hiếu kỳ, tìm hiểu, tìm kiếm ý nghĩa và kiến thức)
Nhu cầu tôn trọng (tôn trọng từ người khác và tự trọng)
Thương yêu và sở hữu (nhận và trao tình thương yêu và tình cảm)
Nhu cầu an toàn (an ninh, bảo vệ, nơi trú ẩn)
Nhu cầu sinh lý (thức ăn, nước, hoạt động, nghỉ ngơi, tình dục)

Nhưng mặc dù có thể hữu ích ở một số khía cạnh nhưng trong thuyết cũng có một số khuyết điểm nghiêm trọng, nhất là ở chỗ cho rằng nhu cầu thấp hơn phải được thỏa mãn trước khi nhu cầu cao hơn trở nên quan trọng. Có nhiều trường hợp cho thấy con người không phải lúc nào cũng như thế. Có lẽ cực đoan nhất là trường hợp thi sĩ chết đói, luôn tìm cái đẹp và cân đối dẫn đến việc phớt lờ các nhu cầu sinh lý cơ bản. Tương tự, một số người kiên nhẫn chịu đựng tình cảnh thất nghiệp và tài chánh bấp bênh đánh gục hơn là từ bỏ gia đình, nhà cửa và bạn bè để tìm việc ở những vùng giàu có hơn. Đối với những người như thế, nhu cầu xã hội hay gia đình lấn át các nhu cầu khác và trẻ vị thành niên thường bị chán ăn là do hình ảnh cực đoan, phi hiện thực về hình dáng cơ thể lý tưởng của mình cho thấy rằng nhu cầu cao hơn (xã hội tán thành hay tôn trọng) có thể trực tiếp lấn át các nhu cầu sinh lý khác thậm chí đến điểm nhịn ăn đến mức gần chết đói. Mô hình Maslow không thể giải thích những điều này. Mặc dù chúng là ví dụ cực đoan, lý thuyết ngụ ý giải thích động cơ thúc đẩy ở người có thể giải thích con người làm được những gì. Mô hình Maslow đưa ra sự khái quát hóa hoạt động phỏng chừng về hầu hết mọi người trong mọi tình huống, nhưng thực ra không phải là lời giải thích động cơ thúc đẩy ở người thích hợp.

Thuyết nhu cầu con người của Rogers

Như chúng ta đã biết trong Chương 7, Rogers (1961) cho rằng con người có hai nhu cầu cơ bản và sự thỏa mãn mỗi nhu cầu này đều cần thiết cho sức khỏe tâm lý. Thứ nhất trong số này là **nhu cầu tôn trọng tích cực:** quan điểm cho rằng mỗi người chúng ta cần được người khác tôn trọng tích cực trong một số cách. Đối với hầu hết mọi người điều này có nghĩa là thương yêu – từ một gia đình thương yêu hay mối quan hệ thương yêu về sau này. Nhưng Rogers lập luận đối với mọi người phải giải quyết sự tôn trọng hay tán thành: với điều kiện họ được người khác tôn trọng tích cực thì nhu cầu ấy được dịu bớt mặc dù các mối quan hệ thương yêu được đáp ứng nhiều hơn. Theo Rogers, nhu cầu tôn trọng tích cực là nhu cầu cơ bản, nhu cầu không thể thực hiện dở dang mà không gây tổn hại tâm lý ở cá nhân ấy.

Thỏa mãn nhu cầu thứ hai, **nhu cầu tự thể hiện tiềm năng** không thể thiếu đối với sức khỏe tâm lý. Nhu cầu này liên quan đến khuynh hướng phát triển cá nhân ở con người. Nếu chúng ta để ý đến tiêu khiển và sở thích mà mọi người tham gia nhiều nhất thì nhận thấy hầu như đều có liên quan đến kỹ năng tập quen hay phát triển – thậm chí trong những trò chơi vi tính, phóng phi tiêu trong quán rượu hay đan len. Rogers cho rằng muốn phát triển chính mình và làm cho khả năng, tài năng của một người trở thành hiện thực là nhu cầu cơ bản ở mọi người, sự tổn hại tâm lý ấy sẽ phát sinh nếu nhu cầu này không được thể hiện trong một số cách.

Nhu cầu tôn trọng xã hội

Năm 1979, Rom Harré cho rằng được người khác trong xã hội tôn trọng là một tác nhân thúc đẩy quan trọng ở con người nhưng chưa được nghiên cứu nhiều. Nếu chúng ta để ý cách tương tác của người khác, có thể cho rằng đây là tác nhân thúc đẩy quan trọng nhất: ai cũng muốn được lưu ý, công nhận và tôn trọng, nhiều hành động xã hội có thể giải thích theo nghĩa này. Chân giá trị con người cho dù xuất hiện ở đâu đều là yếu tố quyết định trong sự tương tác ở con người. Harré cho rằng đối với con người tránh bị người khác cười hay nhìn với vẻ chế giễu là điều quan trọng hơn các điều khác.

Harré cũng nêu rằng mặc dù có nhiều nghiên cứu đáng kể khảo sát những động cơ đen tối hơn như sự gây hấn nhưng thực ra không phải là tác nhân thúc đẩy quan trọng nhất đối với hành vi xã hội ở con người. Thay vào đó nếu chúng ta để ý chẳng hạn trẻ đang chơi ở sân trường, hầu hết hành vi của trẻ đều muốn được chú ý: "Hãy nhìn tôi nè!" gây hấn thực ra ít gặp hơn trong những tình huống thuộc loại này mặc dù chắc chắn chúng ta để ý đến gây hấn nhiều hơn. Cũng như với nghiên cứu cảm xúc mà chúng ta khảo sát đầu chương này, xã hội chú ý đến mặt nhân tính tăm tối hơn có khuynh hướng giảm thiểu nghiên cứu trong các khía cạnh tích cực hơn, cho dù điều này phản ánh nhiều hơn những gì con người thường làm.

Nhu cầu tôn trọng do Harré nhận dạng cũng liên kết với khía cạnh động cơ thúc đẩy xã hội khác: **đồng nhất xã hội** mà chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong Chương 15. Tajfel và Turner (1979) chứng minh rằng thuộc về các nhóm xã hội và phân loại xã hội là một phần quan trọng của hình ảnh cái tôi ở cá nhân. Vì những nhóm này xuất hiện trong một xã hội có thực, những sự bất bình đẳng và giá trị có thật, thuộc về một số nhóm mang địa vị nhiều hơn các nhóm khác. Tajfel và Turner cho rằng điều quan trọng đối với tư cách thành viên trong nhóm là cung cấp cho cá nhân một nguồn tự trọng tích cực vì tìm kiếm tự trọng tích cực là một động cơ thúc đẩy cơ bản đối với con người. Nếu chúng ta tự hào khi thuộc về nhóm thì sẽ có khuynh hướng đồng nhất với nhóm, nếu không khi đó chúng ta sẽ rời khỏi nhóm hay tự cách biệt mình với những người khác trong nhóm ("tôi thực ra không giống những người còn lại").

Tình trạng bất lực tập quen

Khía cạnh động cơ thúc đẩy khác ở người là tính hiệu quả và tác dụng nhận thấy. Nghiên cứu lĩnh vực này phối hợp chứng cứ từ nghiên cứu động vật với nhận xét của các nhà tâm lý học lâm sàng. Năm 1967, Seligman và Maier chứng minh rằng nếu chó bị châm điện không thể tránh được thì chúng rất thụ động và vẫn còn thụ động ngay cả khi ở trong tình huống nơi việc chọn hành động giúp chúng tránh đau. Seligman gọi điều này là **tình trạng bất lực tập quen** và cho rằng cảm giác mình là nạn nhân, bất lực không thể giải quyết được vấn đề tạo ra thái độ lãnh đạm chung, trong đó nói chung không nỗ lực làm gì cả.

Một số nghiên cứu cho rằng tình trạng bất lực cũng xảy ra ở người. De Vellis (1978) yêu cầu sinh viên phải giải một loạt các bài toán không thể giải được và nhận thấy sau này khi đưa các bài toán tương tự nhưng giải được thì sinh viên thực hiện tệ hơn số sinh viên không gặp cảm giác nản chí trước đây. Như chúng ta chứng kiến trong Chương 8, Seligman (1975) rút ra sự liên kết giữa tình trạng bất lực tập quen và tính thụ động đi kèm với sự **trầm cảm** ở con người, cho rằng một lý do giải thích tại sao con người bị trầm cảm là cảm thấy rằng cho dù có nỗ lực đến mấy mình cũng thất bại.

Quan điểm này có một số ngụ ý trong việc tìm hiểu động cơ thúc đẩy ở người.

Khung 13.1 Nghiên cứu động cơ thúc đẩy

Tâm lý học hành vi và thực nghiệm theo truyền thống có những vấn đề cần giải quyết với nhiều câu hỏi rộng hơn về nhân tính. Do tính thống trị của hai truyền thống này trong tâm lý học Mỹ và Anh trong hầu hết thế kỷ này, nhiều khía cạnh trong đời sống con người vẫn còn nghiên cứu quá ít mặc dù sự chấp nhận phương pháp luận số lượng ngày càng tăng, phần lớn những lĩnh vực này được tập trung nghiên cứu trong thời gian gần đây. Tuy nhiên đây chỉ là sự phát triển mới đây, và sự bỏ sót chúng tạo ra nhiều khoảng cách và sai lệch trong kiến thức tâm lý học được chấp nhận.

Động cơ thúc đẩy là một trong những lĩnh vực ấy bị sai lệch do chú trọng đến nghiên cứu hành vi công khai trong phòng thí nghiệm. Khảo sát các sách giáo khoa tâm lý học trong thập niên 1960 và 1970 cho thấy một chương viết về động cơ thúc đẩy hầu như chắc chắn dành cho nghiên cứu xu thế sinh lý chẳng hạn như đói và khát, một số thảo luận cơ chế thần kinh làm nền tảng cho những xu thế này và có thể là một số thảo luận về xu thế làm mẹ và/hoặc tìm hiểu ở loài chuột albino. Nếu các tác giả thực sự cấp tiến thì họ sẽ đề cập đến mô hình hệ thống thứ bậc của Maslow ở cuối hay đầu chương.

Thế còn tất cả những lý do khác giải thích con người làm gì? Thực ra, phần lớn tâm lý học nghiên cứu động cơ thúc đẩy ở người. Nhưng những khía cạnh nghiên cứu động cơ thúc đẩy ở người ấy liên quan đến động cơ xã hội hay cá nhân thường không được đề cặp trong cùng tiêu đề, được xử lý như tâm lý học xã hội hay lý thuyết nghiêm khắc hay một điều gì đó hoàn toàn khác. Mặc dù nếu tất cả gom lại như các khía cạnh động cơ thúc đẩy thì sẽ tạo ra một bức tranh rất thú vị toàn diện hơn giải thích tại sao con người hành động. Chúng ta hãy xét sự kết hợp tâm lý học nghiên cứu động cơ thúc đẩy ở người như thế bao gồm điều gì.

Nếu muốn một xuất phát điểm thi vị, chúng ta nên chọn mô hình lĩnh vực kinh nghiệm được những người Hy Lạp ban đầu tán thành trong đó lĩnh vực nhận thức được xem như một người đánh xe ngựa, tay cầm cương, được kéo theo bằng lĩnh vực xúc động và nỗ lực. Cảm xúc và ý định là lực truyền động phía sau (hay đúng hơn là lực kéo) cỗ xe.

Động cơ sinh lý và cơ chế não dĩ nhiên cũng quan trọng như kết quả của nghiên cứu chính xác trong vài thập niên qua, chúng ta biết về chúng nhiều hơn trước đây. Dĩ nhiên chúng cũng bao hàm trong sự tập hợp của chúng ta vì đóng góp chắc chắn vào kho tàng kiến thức chúng ta hiện có. Nhưng chúng ta cũng đề cập động cơ thúc đẩy nhận thức, chẳng hạn bao gồm xu thế tránh sự bất hòa nhận thức do Festinger nhận dạng, sử dụng các cơ chế phòng thủ tâm lý để che đậy các xung tiềm thức do Freud và Rogers nhận dạng, và cách mà sự xây dựng thực tại cá nhân ảnh hưởng đến quyết định chúng ta đưa ra và cách chúng ta tương tác với người khác – như Kelly đề cập trong lý thuyết xây dựng cá nhân của ông.

Cũng như trong chương này, chúng ta khảo sát các khía cạnh thúc đẩy hành động cá nhân, tình trạng bất lực tập quen, sự quy kết, quỹ tích kiểm soát và cái tôi hiệu quả. Con người (và động vật có cảm giác nỗ lực của mình liên tục không kết quả trở thành bị động và không giải quyết khi tình huống thay đổi, họ thực sự làm được một điều gì đó. Những người có khả năng chọn hành động khi họ nghĩ rằng hành động của mình hiệu quả thì những người có quỹ tích kiểm soát bên trong rất có thể tin điều này nhiều hơn. Vì thế những mô hình này giúp chúng ta hiểu không chỉ tại sao con người chọn hành động mà còn giải thích tại sao đôi lúc họ không hành động.

Chúng ta cũng bao gồm động cơ hội nhập: nhu cầu được người khác tôn trọng do Carl Rogers nhận dạng, vấn đề thấu cảm và nhu cầu tôn trọng xã hội, và nhu cầu rất sâu sắc rằng con người có vẻ phải đồng nhất với nhóm mà họ thuộc về và phải phân biệt với các nhóm khác. Sự hình thành các nhóm "họ và chúng ta" lan tỏa khắp mọi cấp xã hội và quá trình đồng nhất xã hội là một tác nhân thúc đẩy rất quan trọng ở người. Và có những quá trình khác liên kết với quá trình này: vấn đề địa vị, hình thành suy nghĩ chung nhóm và mô tả xã hội, đồng nhất với các giá trị văn hóa và tiểu văn hóa, trung thành đối với chính mình.

Khi điểm qua tâm lý học hiện đại chúng ta nhận thấy tâm lý học cho chúng ta biết nhiều về động cơ thúc đẩy ở người: tại sao con người hành động. Xu thế sinh lý và hành vi chỉ là một phần vấn đề. Việc chúng là bộ phận vượt trội trong nghiên cứu động cơ thúc đẩy trong nhiều năm như thế cho chúng ta biết nhiều hơn về phạm vi hạn chế của phương pháp luận theo thuyết hành vi hơn các phương pháp luận khác.

Một ngụ ý là có thể giải thích tại sao con người đôi lúc không có vẻ cố gắng làm cho sự việc tốt hơn khi một số nỗ lực giúp cải thiện đáng kể. Nhưng cũng bao hàm ngụ ý đối với động cơ thúc đẩy ở người: cho rằng con người có khả năng hoạt động và tích cực nhất khi họ nghĩ rằng hành động của mình có hiệu quả – khi có cảm giác ý thức được tác dụng của cá nhân trong khi giải quyết vấn đề. Điều này liên kết với chứng cứ của Bandura về suy nghĩ cái tôi hiệu quả, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn trong Chương 14 - chứng cứ cho thấy suy nghĩ mà con người có về tính hiệu quả theo năng lực khi làm việc, là những yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến mức độ thành tựu, vì chúng tác động đến nỗ lực con người dồn vào một công việc cụ thể.

Mặc dù điều này chỉ là cái nhìn động cơ thúc đẩy ở người bề ngoài nhưng chúng ta nhận thấy chúng phức tạp và thay đổi: một số loại động cơ thúc đẩy chịu nhiều ảnh hưởng của các yếu tố sinh lý, nhưng đối với các động cơ khác chúng kém quan trọng hơn. Nhiều chương trong sách này bao gồm ngụ ý đối với động cơ thúc đẩy ở người bằng cách này hay cách khác (xem Khung 13.1 trang 329). Đây là công việc của nhà tâm lý học chuyên nghiệp kết hợp tất cả những yếu tố khác nhau này với nhau khi nghiên cứu động cơ thúc đẩy ở mức cá nhân hay tổ chức. Chắc chắn khi nghiên cứu điều này chúng ta sẽ đi vào lĩnh vực xã hội. Một vài chương sau trong sách này giải quyết tâm lý học xã hội và mức độ phân tích xã hội giúp chúng ta tìm hiểu hành vi con người.

Từ khóa

Nội tiết tố adrenocorticotrophic nội tiết tố do tuyến yên tạo ra kích thích sự tiết adrenaline vào trong mạch máu.

Lòng vị tha hoạt động quan tâm đến người khác chứ không phải bản thân.

Sự đánh thức trạng thái sinh lý chung trong đó phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ được kích hoạt.

Cách quy kết mẫu quy kết đặc biệt ở một cá nhân theo nghĩa liệu sự kiện thường được xem là ổn định, bên ngoài, có thể kiểm soát, v.v... hay không.

Sự phản hồi sinh học sử dụng tín hiệu điện tử làm dấu chỉ báo để tìm hiểu kiểm soát phản ứng tự chủ chủ động.

Sự đốt sạch rối loạn thường gặp ở nhân viên tình nguyện, nhân viên công tác xã hội và những người khác trong đó công việc khó nhọc thường xuyên, nhàm chán trong nhiều năm tạo ra tê liệt cảm xúc, bơ phờ và thiếu động cơ thúc đẩy.

Thuyết cảm xúc Cannon-Bard quan niệm cho rằng phản ứng sinh lý và kinh nghiệm cảm xúc tách rời nhau.

Thuyết tai họa mô hình toán học dùng để mô tả sự tăng dần cường độ kích thích tạo ra những sự gián đoạn đột ngột, ấn tượng.

Thuyết xu thế thuyết động cơ thúc đẩy ở người giải thích tại sao chúng ta làm việc sử dụng quan điểm cho rằng hành vi của chúng ta được định hướng làm giảm một số nhu cầu bên trong. Sau đó nhu cầu hình thành sự căng thẳng bên trong và mong muốn làm giảm căng thẳng này tạo ra áp lực phải hành động (xu thế) chỉ được giảm bớt khi nhu cầu được thỏa mãn.

Kích thích điện não (ESB) tăng cường dòng điện trực tiếp ở não qua các điện cực cắm vào vùng dưới đồi.

Hệ nội tiết hệ thống các tuyến và ống dẫn tiết nội tiết tố vào mạch máu, do đó tạo ra hay duy trì trạng thái sinh lý của cơ thể.

Quỹ tích kiểm soát bên ngoài suy nghĩ hay niềm tin cho rằng sự kiện do tình huống hay người khác gây ra không ảnh hưởng đến bản thân.

Phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy phản ứng sinh lý do phân chia giao cảm của ANS tạo ra khi gặp đe dọa hay giận dữ là nguyên nhân làm cho cơ thể bị kích hoạt để tạo năng lượng.

Hội chứng thích nghi chung quá trình thích nghi sinh lý đối với căng thẳng dài hạn, kết quả làm sức đề kháng bệnh tật giảm cũng như những kết quả tiêu cực khác

Vùng cá ngựa một trong những vùng dưới lớp vỏ não.

Quỹ **tích kiểm soát bên trong** suy nghĩ cho rằng những sự kiện quan trọng trong đời sống phần lớn là do nỗ lực, khả năng, v.v... của riêng mình không phải do các tình huống bên ngoài gây ra.

Thuyết cảm xúc James-Lange thuyết phát biểu rằng kinh nghiệm cảm xúc của chúng ta bắt nguồn từ sự nhận thức thay đổi sinh lý trong cơ thể.

Quỹ tích kiểm soát nhận thức được sự kiểm soát sự việc đang diễn ra bắt nguồn từ đâu. Quỹ tích kiểm soát bên trong có nghĩa là cá nhân nhìn thấy chính mình tạo ra sự kiểm soát – do đó nói chung họ kiểm soát sự việc đang diễn ra đối với mình hay ít nhất trong vị trí tác động đến sự kiểm soát. Quỹ tích kiểm soát bên ngoài có nghĩa là sự kiểm soát được nhận thức bắt nguồn từ các nguồn bên ngoài cá nhân, vì thế không phải là đối tượng cá nhân có thể tác động được.

Hoạt động phân tử gam cử động ở toàn thân, như đứng, đi.

Hoạt động phân tử cử động chỉ ở một phần cơ thể chẳng hạn như nhún vai.

Nhu cầu thành tựu động cơ thúc đẩy bên trong hướng đến thành công trong đời sống hay đạt được mục tiêu cụ thể.

Nhu cầu hội nhập động cơ thúc đẩy bên trong phải thuộc về một nhóm hay gia đình hay ít nhất được các nhóm hay gia đình khác chấp nhận.

Nhu cầu tôn trọng tích cực động cơ thúc đẩy bên trong được người khác yêu thương, tán thành hay tôn trọng.

Nhu cầu tự thể hiện tiềm năng động cơ thúc đẩy bên trong phát triển tài năng và khả năng của cá nhân đến mức hoàn hảo.

Thụ quan noradrenergic vị trí thụ quan nằm trên tế bào thần kinh đặc biệt phản ứng với noradrenaline.

Động cơ sinh lý động cơ liên quan đến việc thỏa mãn nhu cầu sinh lý như đói, v.v.

Trung tâm thú vị bộ phận của hệ limbic khi được kích thích bằng điện có vẻ tạo ra cảm giác cực kỳ thú vị.

Động cơ sơ cấp động cơ liên quan đến việc thỏa mãn nhu cầu cơ bản ở người như đói, khát hay có thể hội nhập.

Sự thỏa mãn cảm giác ăn no chế ngự được cơn đói.

Động cơ thứ cấp động cơ không liên quan đến nhu cầu sinh học, chỉ liên quan đến sở thích mắc phải hay tập quen.

Trọng lượng lý tưởng hiện tượng do nghiên cứu sinh lý bệnh béo phì phát hiện, cho thấy cơ thể dường như có một trọng lượng lý tưởng được hình thành ở bên trong, và hành vi ăn hay ăn chay là nhằm duy trì trọng lượng ấy.

Phân chia giao cảm bộ phận của hệ thần kinh tự chủ tạo ra tình trạng đánh thức khi được kích hoạt.

Phân tích cường độ giọng nói phương pháp phân tích nhận dạng âm sắc hơi trầm của cá nhân khi bị căng thẳng bằng cách phân tích âm thanh lời nói sử dụng máy phổ ký.

Luật đánh thức Yerkes-Dodson nguyên tắc cho rằng thực hiện một nhiệm vụ bất kỳ có thể được cải thiện nếu cá nhân được đánh thức nhưng nếu sự đánh thức gia tăng vượt quá điểm tối ưu thì hoạt động sẽ giảm sút.

Tóm tắt

1. Phản ứng đánh thức là do hoạt động của hệ thần kinh giao cảm và hệ nội tiết. Nghiên cứu đánh thức dẫn đến Luật hoạt động và đánh thức Yerkes-Dodson, và một số tranh luận về tính hữu dụng của sự đánh thức như một khái niệm được khái quát hóa.
2. Selye nhận dạng phản ứng thích nghi chung đối với căng thẳng dài hạn, tạo ra rối loạn trong dạ dày và giảm sức đề kháng bệnh tật. Căng thẳng dài hạn cũng đi kèm với quỹ tích kiểm soát, và các mẫu hành vi Nhóm A và B.
3. Lý thuyết cảm xúc "kinh điển" bao gồm thuyết cảm xúc James-Lange, thuyết cảm xúc Cannon-Bard và mô hình của Schachter và Singer. Những lý thuyết cảm xúc sau này gồm thuyết đánh giá, thuyết quy kết, thuyết phản hồi trên nét mặt và thuyết cảm xúc như vai trò xã hội chuyển tiếp.
4. Nghiên cứu cảm xúc tích cực nhận dạng 4 khía cạnh hấp dẫn, thuyết phục, lòng vị tha và kinh nghiệm tinh thần.
5. Thuyết xu thế động cơ thúc đẩy thịnh hành trong nửa đầu thế kỷ. Một phân biệt là giữa các động cơ sơ cấp thỏa mãn nhu cầu sinh lý cơ bản và xu thế thứ cấp thuộc dải rộng hơn và đôi khi có nhận thức.
6. Nghiên cứu sinh lý sự đói nhận dạng hai vùng dưới đồi, một liên quan đến nuôi dưỡng và một liên quan đến thỏa mãn. Những vùng này liên kết với hoạt động chất truyền thần kinh và khái niệm trọng lượng lý tưởng thần kinh dành cho cơ thể.

7. Khám phá là hình thức động cơ thúc đẩy phức tạp liên kết với một số hoạt động của não nhưng cũng chịu nhiều ảnh hưởng của yếu tố môi trường. Nghiên cứu kích thích điện não trực tiếp dẫn đến sự phân biệt giữa động cơ và phần thưởng trong động cơ thúc đẩy.

8. Lý thuyết động cơ thúc đẩy ở người nhận dạng một số nhu cầu tâm lý gồm nhu cầu thành tựu, tôn trọng xã hội tích cực, tự thể hiện tiềm năng, được người khác tôn trọng và kiểm soát kết quả hành động của riêng mình.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy cho ví dụ, mô tả ngắn gọn khái niệm nội hằng định.
2. Nghiên cứu tìm hiểu không thừa nhận thuyết động cơ thúc đẩy giảm bớt xu thế ra sao?
3. Nhận dạng các nguồn khác nhau ở cá nhân làm cho cá nhân dễ bị hay khó bị căng thẳng.

Câu hỏi thảo luận

1. Hiểu biết cơ chế sinh lý cho chúng ta biết gì về động cơ thúc đẩy ở người?
2. Hãy mô tả giải thích sinh lý và thay thế kinh nghiệm cảm xúc.
3. Hãy so sánh và nêu bật sự khác biệt trong nghiên cứu tâm lý về xúc cảm tiêu cực và tích cực.

phần

4

Tâm lý học xã hội

Cái tôi và người khác 513

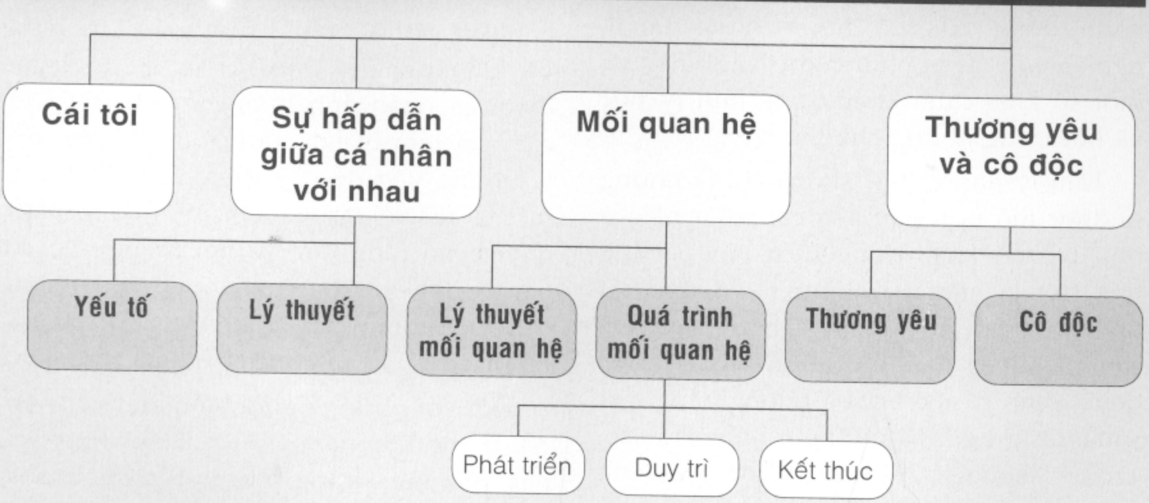
Tìm hiểu người khác 553

Ảnh hưởng xã hội và hoạt động xã hội 597

Thái độ, thành kiến và hành vi đám đông 640

chương 14

Cái tôi và người khác



Cái tôi
Sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau
Mối quan hệ
Thương yêu và cô độc
Yếu tố
Lý thuyết
Lý thuyết mối quan hệ
Quá trình mối quan hệ
Thương yêu
Cô độc
Phát triển
Duy trì
Kết thúc

Đối tượng nghiên cứu

14.1. Khái niệm về cái tôi

a. Định nghĩa thuật ngữ về các quá trình khái niệm về cái tôi

b. Nhận dạng cơ chế góp phần vào khái niệm về cái tôi

c. Mô tả nghiên cứu khái niệm về cái tôi

14.2. Đồng nhất xã hội

a. Mô tả quá trình đồng nhất xã hội cơ bản

b. Đánh giá phương pháp nghiên cứu đồng nhất xã hội

c. Áp dụng khái niệm đồng nhất xã hội vào đời sống thường nhật

14.3. Khái niệm văn hóa về cái tôi

a. Nhận dạng ảnh hưởng xã hội và văn hóa đối với khái niệm về cái tôi

b. Phân biệt giữa những khái niệm văn hóa khác nhau về cái tôi

c. Đánh giá quan điểm khái niệm về cái tôi độc lập

14.4. Sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau

a. Mô tả yếu tố ảnh hưởng đến sự hấp dẫn

b. Nhận dạng lý thuyết hấp dẫn

c. Đánh giá nghiên cứu sự hấp dẫn về sinh lý

14.5. Thuyết mối quan hệ

a. Định nghĩa thuật ngữ về nghiên cứu mối quan hệ

b. Mô tả thuyết mối quan hệ

c. Nhận dạng giả định có vấn đề trong nghiên cứu mối quan hệ ban đầu

14.6. Quá trình mối quan hệ

a. Liệt kê các khía cạnh mối quan hệ của Hinde

b. Mô tả chiến lược duy trì mối quan hệ

c. Nhận dạng lý do làm gãy đổ mối quan hệ

14.7. Yêu thương

a. Mô tả nghiên cứu khảo sát yêu thương

b. Phân biệt giữa tình yêu và mê đắm

c. Phác họa các thuyết yêu thương khác nhau

14.8. Sự cô độc

a. phân biệt giữa cô độc tình huống và kinh niên

b. nhận dạng khác biệt xã hội giữa người cô độc và không cô độc

c. mô tả khía cạnh nhận thức của sự cô độc

Trong 4 chương kế tiếp, chúng ta sẽ nghiên cứu tâm lý học xã hội. Tâm lý học xã hội quan tâm đến cách tương tác và tìm hiểu con người với nhau, bao gồm một dải các chủ đề khác nhau, trong đó có khái niệm về cái tôi, mối quan hệ của chúng ta với người khác, suy nghĩ và hành động của xã hội. Chúng ta sẽ nghiên cứu tất cả những khía cạnh này và một số khía cạnh khác trong tâm lý học xã hội trong những chương này.

Tâm lý học xã hội không chỉ là những gì được mô tả ở đây, mà còn xuất hiện ở nhiều phần khác trong sách này. Chẳng hạn, trong Chương 4, chúng ta đã khảo sát nghiên cứu người phân tích trò chuyện, trong Chương 5 chúng ta đã hiểu việc ra quyết định có thể bị ảnh hưởng bằng quá trình xã hội gọi là suy nghĩ nhóm ra sao. Trong Chương 13 chúng ta đã biết quá trình xã hội tương tác với quá trình sinh lý để tạo ra những gì chúng ta trải qua như cảm xúc và cũng khảo sát một số cơ chế động cơ thúc đẩy xã hội. Trong các Chương 19 và 20, chúng ta sẽ khảo sát sự phát triển xã hội, và v.v... Vấn đề là con người gắn chặt vào trong bối cảnh xã hội của mình đến mức tương tác với người khác là một trong những kỹ năng có từ thời thơ ấu. Kinh nghiệm xã hội của chúng ta cũng ảnh hưởng đến quá trình nhận thức, thậm chí đến phản ứng sinh lý, ở mức nhiều hơn chúng ta nghĩ.

SỰ PHÁT TRIỂN CỦA TÂM LÝ HỌC XÃ HỘI

Tâm lý học xã hội cũng lâu đời như chính ngành tâm lý học. Chẳng hạn, mặc dù nhà tâm lý học tiên phong Wilhelm Wundt thường được nhiều người cho rằng đã quan tâm đến quá trình nhận thức chẳng hạn như chú ý, thực ra ông cũng rất quan tâm đến ngành tâm lý học xã hội. Trong công trình Vulkerpsychologie gồm 10 tập xuất bản từ năm 1900 đến 1920, ông nghiên cứu ngôn ngữ, tôn giáo, tập quán, truyện thần thoại, ma thuật và những khía cạnh hiểu biết xã hội cũng như nhận thức xã hội (Farr, 1996).

Sự xuất hiện thuyết hành vi ở Mỹ dẫn đến sự thay đổi tâm điểm chú ý đối với tâm lý học xã hội. Một phần là do sự nhất mực của thuyết hành vi trong nghiên cứu hành vi xã hội hơn là cảm giác, suy nghĩ và kinh nghiệm. Một phần là do quan điểm cá nhân ảnh hưởng mạnh ở đa số các nhà tâm lý học xã hội người Mỹ. Có lẽ những vấn đề này được F. H. Allport, mô tả rất rõ trong năm 1924, ông nhất quyết cho rằng tâm lý học xã hội về cơ bản là nghiên cứu cá nhân và nghiên cứu cách hoạt động của cá nhân sẽ có câu trả lời mọi vấn đề xã hội cơ bản của chúng ta.

Đối với những người hiểu biết về châu Âu trong thập niên 1930 và 1940, tiếp cận này rõ ràng không phù hợp. Nhiều nhà tâm lý học Cấu trúc di cư đến Mỹ do châu Âu bị xáo trộn chính trị trong nửa đầu thế kỷ 20. Trong khi ở châu Âu, chủ yếu họ quan tâm đến việc nghiên cứu các quá trình nhận thức, chẳng hạn chúng ta đã khảo sát nghiên cứu nhận thức và giải quyết vấn đề của trường phái cấu trúc. Nhưng họ phản ứng chống lại thái độ cực đoan của chủ nghĩa cá nhân Mỹ, và trở thành những nhà tâm lý học xã hội, nghiên cứu tác động của các nhóm xã hội và các lĩnh vực ảnh hưởng văn hóa hay xã hội.

Tuy nhiên, tâm lý học xã hội tiếp tục phần lớn theo cách cá nhân cho đến gần cuối thế kỷ 20 mặc dù xu thế ảnh hưởng của những nhà tâm lý học châu Âu trước kia vẫn tiếp tục nghiên cứu nhóm xã hội, niềm tin xã hội, tác động của cộng đồng và văn hóa đối với cá nhân. Năm 1972, Henri Tajfel sáng lập *Tạp chí tâm lý học xã hội châu Âu* thừa nhận những phát triển mới này và tạo ra diễn đàn mới, cũng như kết tinh tiếp cận vào trường phái tư tưởng ngày nay còn gọi là tâm lý học xã hội châu Âu, một trường phái nhấn mạnh ảnh hưởng của cộng đồng, tư cách thành viên nhóm và sự khác biệt văn hóa đối với nhận thức xã hội.

QUAN ĐIỂM TRONG TÂM LÝ HỌC XÃ HỘI

Các nhà tâm lý học xã hội hiện đại tiến hành nghiên cứu theo nhiều cách, sử dụng nhiều quan điểm khác nhau. tôi đã đề cập một quan điểm trong số này: quan điểm được biết như tâm lý học xã hội châu Âu. Nhưng cũng có những quan điểm khác: tâm lý học xã hội thực nghiệm, tâm lý học xã hội tản mạn, tâm lý học xã hội ứng dụng, tâm lý học xã hội tiến hóa và tâm lý học xã hội phê phán. Cũng thật đáng giá khi điểm qua những quan điểm này.

Tâm lý học xã hội châu Âu

Như chúng ta đã biết, tâm lý học xã hội châu Âu phát triển như một phản ứng chống lại chủ nghĩa cá nhân cực đoan, và nhấn mạnh ảnh hưởng tư cách thành viên nhóm và văn hóa đối với hiểu biết xã hội. Có hai thuyết tâm lý học trọng tâm trong tâm lý học xã hội châu Âu: Thuyết mô tả xã hội (SRT) và Thuyết đồng nhất xã hội (SIT), chúng ta sẽ khảo sát hai thuyết này trong Chương 15. Về cơ bản mô tả xã hội là suy nghĩ chung được truyền dẫn trong xã hội có tác động như lời giải thích tại sao sự việc diễn ra như thế, trong khi đồng nhất xã hội là khía cạnh tư cách thành viên nhóm dẫn đến loại nhận thức "chúng ta và họ" vốn rất phổ biến trong xã hội loài người. Các nhà nghiên cứu trong tâm lý học xã hội châu Âu hoạt động trong một khuôn khổ lý thuyết vững chắc, áp dụng cả phương pháp nghiên cứu số lượng lẫn chất lượng để tìm hiểu các vấn đề xã hội có ý nghĩa.

Tâm lý học xã hội thực nghiệm

Griffin (1997) mô tả tâm lý học xã hội thực nghiệm chủ yếu liên quan đến việc nhận dạng nguyên nhân hành vi xã hội. Vì lý do ấy, chủ yếu dựa vào phương pháp luận thực nghiệm và sử dụng đánh giá số lượng hành vi xã hội. Mặc dù các nhà tâm lý học xã hội thực nghiệm quan tâm đến những cách riêng tư mà con người xây dựng thế giới xã hội của mình, dù sao họ cũng quan tâm đến việc thu thập dữ liệu có thể đánh giá, khách quan, do đó tiêu điểm của họ thường nhắm vào các khía cạnh hành vi trong kinh nghiệm xã hội hơn là khía cạnh bên trong hay nhận thức.

Tâm lý học xã hội tản mạn

Trái lại, tâm lý học xã hội tản mạn liên quan đến việc con người xây dựng thế giới xã hội của mình thông qua trò chuyện và những hình thức trò chuyện xã hội khác. Chúng ta đã khảo sát phân tích trò chuyện trong Chương 4, đây là một phần quan trọng trong tâm lý học tản mạn. Potter (1997) đề cập người phân tích trò chuyện đặc biệt không liên quan đến việc nghiên cứu một thực thể khách quan bất kỳ. Thay vào đó họ chỉ quan tâm đến cách con người sử dụng trò chuyện và mô tả để xây dựng và tái xây dựng kinh nghiệm của mình. Điều này có nghĩa tâm lý học tản mạn chắc chắn theo thuyết tương đối – nghĩa là chỉ xét nhiều hình thức trò chuyện một cách dứt khoát, và khuôn khổ tu từ, cũng như những yếu tố này tác động ra sao để định hình hiểu biết ở con người, nhưng không giả định rằng một hình thức trò chuyện hay giải thích bất kỳ là "đúng".

Tâm lý học nhận thức xã hội ứng dụng

Abraham (1997) mô tả nghiên cứu nhận thức xã hội ứng dụng quan tâm đến cách con người hình thành mô tả suy nghĩ về thực tại, thực tại này định hình cách mô tả hiểu biết cũng như cách nhận xét, kiểm soát hành động xã hội. Những mô tả suy nghĩ này có thể thay đổi qua sự tập quen mới, nhất là từ ảnh hưởng xã hội. Một loại nghiên cứu mà Abraham mô tả nghiên cứu cách con người tìm hiểu thông tin giáo dục sức khỏe, bao gồm nghiên cứu hiểu biết thông tin ở con người, hành vi thực tế, thay đổi trong hiểu biết những thông tin ấy xảy ra do can thiệp trực tiếp, và mọi thay đổi bất kỳ trong thực tế tương quan với những thay đổi trong hiểu biết. Như tiếp cận tản mạn, ngành tâm lý học này quan tâm đến việc con người phát biểu ra sao về hiểu biết của mình, nhưng không giống tâm lý học tản mạn, ngành tâm lý học này chỉ quan tâm đến cách hiểu biết phác họa thực tại và thực tế xã hội ra sao.

Tâm lý học xã hội tiến hóa

Tâm lý học xã hội tiến hóa liên quan đến cách mà sự tiến hóa sinh học của chúng ta cũng như các động vật trong xã hội đi đến việc định dạng hành động và chọn lựa hành vi của mình. Ngành này chọn quan điểm cho rằng tính phức tạp trong tinh thần lẫn thể xác của chúng ta là kết quả của sự thích nghi di truyền, hình thành qua sự chọn lọc tự nhiên tích lũy trong nhiều thế hệ (chúng ta sẽ khảo sát thuyết tiến hóa chi tiết hơn trong Chương 22). Những sự thích nghi này đã tạo cho mọi người có chung một số thuộc tính tâm thần và nhận thức - những thuộc tính chung thường gặp trong mọi nền văn hóa và xã hội. Các nhà tâm lý học xã hội tiến hóa tập hợp và kết hợp hiểu biết sinh học, tâm lý học, địa chất và văn hóa để tìm hiểu những nhân tính cơ bản.

Tâm lý học xã hội phê phán

Parker (1997) mô tả tâm lý học xã hội phê phán (và tâm lý học phê phán nói chung) có hai tuyến song song. Một quan tâm đến việc phê phán và không thừa nhận tâm lý học khoa học chính thống – chủ yếu theo nghĩa nghiên cứu khuôn khổ lý thuyết và chứng minh hiểu biết được xây dựng về mặt xã hội nhiều đến mức nào chứ không phải là một số loại chân lý khoa học. Một quan tâm đến việc phát triển điều mà Parker gọi là "tâm lý học phi khoa học" – nói cách khác, phát triển các khuôn khổ lý thuyết dẫn đến những quan điểm triết lý chẳng hạn như thuyết hậu hiện đại hay công trình của Wittgenstein, có thể sử dụng để tạo ra những quan điểm thay thế và không thừa nhận tiếp cận kiến thức tâm lý học theo quy ước.

Chúng ta nhận thấy rằng nghiên cứu của các nhà tâm lý học xã hội rất khác biệt nhau và giả định trong mỗi quan điểm vô cùng khác biệt, thậm chí mâu thuẫn. Tuy nhiên điều này không có nghĩa là bản thân tâm lý học xã hội bị phân mảnh. Như chúng ta chứng kiến khi khảo sát sự phát triển tâm lý học xã hội châu Âu, luôn có những tiếp cận, quan điểm khác nhau trong môn học, và những tiếp cận, quan điểm này, nếu có, chỉ bổ sung vào cách nghiên cứu con người của các nhà tâm lý học xã hội. Các nhà tâm lý học xã hội có một dải rộng quan điểm lý thuyết và công cụ phân tích có sẵn, và điều này có nghĩa tâm lý học xã hội hiện đại rộng về lĩnh vực lẫn linh động trong định hướng. Chúng ta sẽ bắt đầu tìm hiểu tâm lý học xã hội bằng cách nghiên cứu khái niệm về cái tôi, sau đó tìm hiểu quan điểm về sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau, các mối quan hệ, và sau cùng cảm xúc xã hội của sự cô độc và yêu thương.

NHỮNG KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI

Khái niệm của phương Tây về "cái tôi" như một khái niệm mang tính cá nhân, hoàn toàn tách biệt với bối cảnh xã hội và các mối quan hệ là sự phát triển tương đối gần đây. Lần đầu tiên xuất hiện trong nghiên cứu của các triết gia thế kỷ 17 như Descartes, Locke và Hume (xem Chương 1), và ngày càng trở nên thịnh hành khi xã hội châu Âu thoát khỏi chế độ phong kiến Trung cổ và chuyển sang các nền kinh tế trên cơ sở thương mại và sau cùng là chủ nghĩa tư bản. Dần dần khái niệm cá nhân hơn là cộng đồng tỏ ra vượt trội trong xã hội, và quan điểm "cái tôi" tiếp tục phát triển, cho đến nay được nhiều người trong xã hội phương Tây nghĩ rằng đây là sự thật hiển nhiên.

Tuy nhiên, như chúng ta sẽ thấy, quan niệm về "cái tôi" độc lập với bối cảnh xã hội là một quan niệm không được mọi xã hội loài người nhất trí – thực ra, hầu hết các nền văn hóa khác trên thế giới hiện nay thường có khuynh hướng nhận thức về con người khá khác nhau. Không phải được xem như những cá thể cách ly, con người được xem có liên quan mật thiết với bối cảnh văn hóa, xã hội và gia đình. Những bất đồng này được phản ánh trong các thuyết tâm lý học về cái tôi. Khi nghiên cứu khái niệm về cái tôi, trước tiên chúng ta khảo sát một số quan điểm phổ biến trong tâm lý học phương Tây truyền thống, sau đó khảo sát một số khía cạnh rộng hơn về cái tôi nổi bật khi các nhà tâm lý học nhận thức nhiều hơn về tầm quan trọng của bối cảnh văn hóa và xã hội.

KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI

Xem cái tôi như một cá thể độc lập không có nghĩa rằng xem nhẹ hoàn toàn ảnh hưởng xã hội. Ngay từ đầu, lý thuyết tâm lý học về cái tôi đã thừa nhận tầm quan trọng trong ảnh hưởng của người khác đối với quan điểm mà chúng ta phát triển bản thân mình. William James (1890) cho rằng khái niệm về cái tôi phát triển từ **so sánh xã hội.** Ông lập luận chúng ta tự so sánh mình với "những người quan trọng khác" và sử dụng thông tin này để phát triển quan điểm chúng ta nên phát triển ra sao.

Quan điểm này được Cooley (1902) khai triển khai thêm, ông cho rằng **phản hồi từ người khác** là yếu tố quan trọng mang tính quyết định trong việc phát triển khái niệm về cái tôi. Theo Cooley, khái niệm về cái tôi giống như một chiếc gương soi, phản ảnh những gì chúng ta nghĩ người khác đang nghĩ về mình. Chính gương soi này bao hàm khía cạnh đánh giá và minh họa. Khía cạnh đánh giá là sự phán đoán mà chúng ta nghĩ người khác đang nghĩ về mình và khía cạnh minh họa là những gì chúng ta nghĩ rằng họ nhìn thấy khi nhận xét về chúng ta. Vì thế không phải chỉ là vấn đề con người phản ứng với hành động của chúng ta ra sao – chúng ta cũng đang hình thành quan điểm về bản thân trên cơ sở những gì chúng ta nghĩ người khác đang nghĩ. Cooley cho rằng cảm giác chẳng hạn như tự hào, bối rối và thậm chí giận dữ trực tiếp phát sinh từ những quan điểm này khi chúng ta nghĩ về nhận thức của người khác đối với mình.

G.H. Mead (1934) cũng nhấn mạnh tầm quan trọng của **tương tác xã hội** trong sự phát triển khái niệm về cái tôi. Mead cho rằng khái niệm về cái tôi được hình thành trực tiếp qua kinh nghiệm xã hội. Tuy nhiên, kinh nghiệm xã hội rộng hơn phản ứng của cá nhân rất nhiều, cũng bao gồm tiêu chuẩn xã hội, giá trị cá nhân và các mẫu văn hóa. Theo Mead những khía cạnh tương tác xã hội này nhập tâm hóa khi chúng ta phát triển về mặt tâm lý. Điều này có nghĩa chúng được sử dụng như các tiêu chuẩn đánh giá hành vi của riêng chúng ta – bất kể liệu có mặt người khác hay không.

Goffman (1959) xem khái niệm về cái tôi là sự phản ánh tập hợp các **vai trò xã hội** ở cá nhân. Tất cả chúng ta đảm nhận nhiều vai trò xã hội trong sinh hoạt hàng ngày. Ban đầu "tập" một vai trò mới bất kỳ như thể vai trò này chỉ là trò chơi của cá nhân nhưng sau đó vai trò nhập tâm hóa như một bộ phận khác của khái niệm về cái tôi của chính cá nhân. Theo Goffman, một cá nhân bất kỳ sẽ phát triển nhiều khía cạnh trong nhân cách, phản ánh số lượng vai trò xã hội khác nhau mà họ đảm nhiệm trong cuộc sống. Khía cạnh nào là tâm điểm trong một thời điểm bất kỳ tùy vào vai trò xã hội mà cá nhân đảm nhiệm trong thời điểm ấy.

Tự nhận thức về bản thân và tự trọng

Khái niệm về cái tôi thường được xem bao gồm hai thành phần: **tự nhận thức về bản thân** và tự trọng. Tự nhận thức về bản thân là hình ảnh về cái tôi trong thực tế, gồm thông tin về cơ thể chẳng hạn như chiều cao, cân nặng và thể tạng, những điều thích và không thích của cá nhân, kinh nghiệm trước đây, v.v...Trái lại tự trọng là thành phần đánh giá khái niệm về cái tôi, liên quan đến đánh giá và quan điểm xã hội nhập tâm hóa về một đặc điểm hay tính cách đáng giá ở mức độ nào.

Coopersmith (1968) nghiên cứu các mức độ tự trọng ở thiếu niên Mỹ "bình thường", thuộc giai cấp trung lưu, ở độ tuổi 10 đến 12, phân thành 3 nhóm tự trọng cao, trung bình và thấp. Phân loại trên cơ sở thiếu niên tự đánh giá, trắc nghiệm tâm lý học và nhận xét của giáo viên. Coopersmith nhận thấy mức độ tự trọng thay đổi theo hệ thống với các khía cạnh khác ở cá nhân: mức độ tự trọng cao được tìm thấy ở cá nhân hoạt động, diễn cảm và thành công trong khi tự trọng thấp tương quan với ít tham vọng và vận động cơ thể kém – những thiếu niên này chắc hẳn bị bệnh mất ngủ, nhức đầu và rối loạn bao tử nhiều hơn.

Cũng có những khác nhau trong **đặc điểm bố mẹ** giữa ba nhóm. Cậu bé nào tự trọng cao thường có bố mẹ khá nghiêm khắc và ấn định giới hạn rõ ràng cho con cái nhưng cũng quan tâm và mong muốn con mình đạt tiêu chuẩn cao. Trái lại bố mẹ của số em tự trọng thấp thường ít quan tâm hơn, thậm chí không biết tên bạn của con mình. Họ cũng mong đợi thấp đối với con cái. Coopersmith kết luận, như nhiều nhà tâm lý học khác, rằng tự trọng tích cực là một khía cạnh quan trọng của sức khỏe tâm lý tốt, và cách đối xử của bố mẹ cũng ảnh hưởng đến sự phát triển lòng tự trọng.

Carl Rogers (1961) cũng cho rằng tự trọng là một yếu tố quan trọng trong sức khỏe tâm lý. Rogers cho rằng tự trọng phát triển qua thời thơ ấu khi chúng ta nhập tâm các tiêu chuẩn xã hội hay **điều kiện giá trị** mà chúng ta học được trong tương tác xã hội hàng ngày. Điều quan trọng trong việc duy trì tự trọng tích cực theo Rogers là những điều kiện giá trị này phải thực tế.

Như chúng ta đã biết trong Chương 7, Rogers lập luận rằng con người có hai nhu cầu tâm lý cơ bản, đều quan trọng như nhau. thứ nhất là ai cũng cần được người khác **tôn trọng tích cực** – như yêu thương, xúc cảm hay tôn trọng. Thứ hai là ai cũng cần tìm hiểu, phát triển khả năng và tiềm năng của riêng mình – điều mà Rogers gọi là nhu cầu **tự thể hiện tiềm năng.** Hầu hết mọi người đều cố gắng thỏa mãn hai nhu cầu này theo cách thỏa mãn hợp lý, nhưng một số nhận thấy chúng mâu thuẫn với nhau. họ không cảm thấy thoải mái khi phát triển khả năng hay tiềm năng của riêng mình vì cho rằng làm như thế có nguy cơ bị người khác phản đối, do đó mất đi sự tôn trọng tích cực.

Thông thường theo Rogers, những người như thế phát triển tiêu chuẩn cao phi lý đối với hành vi của riêng mình – điều kiện giá trị phi thực tế. Họ tự nghĩ mình có khả năng làm được mọi chuyện thật hoàn hảo và phản ứng quá mức trước thất bại cho dù nhỏ nhất. Điều này có nghĩa họ kết thúc bằng các mức độ tự trọng rất thấp vì đã đặt ra tiêu chuẩn cá nhân cao đến mức không thể nào thực hiện được – trong mọi cách không ai là hoàn hảo. Thậm chí những người có thành tựu cao trong xã hội đôi lúc cũng cảm nhận được điều này. Theo Rogers thái độ này chỉ được ấn định phù hợp bằng cảm giác tôn trọng tích cực không điều kiện từ người khác cho dù ở thời thơ ấu hay tuổi trưởng thành. Chúng ta đã biết trong Chương 9 quan điểm này dùng làm cơ sở cho mô hình liệu pháp của Rogers: mục tiêu sau cùng của liệu pháp như thế là phải nâng cao tự trọng ở cá nhân, giúp họ phát triển điều kiện giá trị thực tế hơn.

Nhận thức về cái tôi

Bem (1967) cho rằng cách chúng ta nhận thức về chính mình là một phần quan trọng trong khái niệm về cái tôi. **Thuyết nhận thức về cái tôi** cho rằng chúng ta nhận xét cách hành động, từ đó rút ra kết luận mình nên hành động ra sao. Trong một nghiên cứu minh họa vấn đề này, Valins và Ray (1967) cho những nghiên cứu tham gia nghiên cứu sợ rắn khi thấy hình chụp rắn. Khi họ nhìn hình, đôi lúc nhìn thấy từ "sốc", tiếp theo sau là cú điện giật nhẹ. Tất cả những người tham gia nghiên cứu đều bị điện giật nhưng nhóm thí nghiệm cũng ghi lại nhịp tim và thông báo đang theo dõi nhịp tim của từng người. Tim đập nhanh hơn khi bị điện giật chứ không phải lúc nhìn hình chụp rắn – suy luận điện giật làm rối loạn nhiều hơn.

Cuối buổi nghiên cứu, Valins và Ray yêu cầu người tham gia đến gần con trăn đã thuần hóa, nhận thấy những người thuộc nhóm thí nghiệm đến gần con trăn hơn những người thuộc nhóm kiểm soát. Trong khi nghiên cứu, họ đã nhìn thấy con rắn nhưng vẫn cho rằng nhịp tim của mình vẫn không bị rối loạn. Từ suy nghĩ này, người tham gia nghiên cứu suy luận rằng họ không lúng túng trước hình ảnh rắn. Kết quả này cũng giống như kết quả của Schachter và Singer (1962), mà chúng ta khảo sát trong Chương 13. Họ cũng chứng minh rằng cách con người nhận thức và hiểu trạng thái sinh lý có thể quan trọng trong kinh nghiệm cảm xúc.

Cái tôi hiệu quả

Bandura (1997) lập luận rằng một trong những đặc điểm quan trọng trong nhận thức về cái tôi là những gì chúng ta nghĩ rằng mình có khả năng đạt được. **Suy nghĩ cái tôi hiệu quả** là suy nghĩ về năng lực nhận thức của chính mình – những gì chúng ta nghĩ mình làm tốt hay ít nhất rất phù hợp. Suy nghĩ này khác biệt rất lớn ở từng người: một số nghĩ mình có năng lực trong một dải rộng hoạt động hay nhiệm vụ trong khi người khác nói chung nghĩ mình không hiệu quả cho lắm. Theo Bandura, suy nghĩ cái tôi hiệu quả không chỉ là cách chúng ta hiểu mình đã làm được gì trước đây, mà còn là công cụ quyết định cách chúng ta tương tác với môi trường và người khác. Bandura (1989) nhận dạng 4 quá trình tâm lý chịu ảnh hưởng của suy nghĩ cái tôi hiệu quả, được mô tả trong Bảng 14.1.

Collins (1982) nhận thấy trẻ em có khả năng toán học khác nhau và các mức độ suy nghĩ cái tôi hiệu quả cao thấp khác nhau. Collins nhận thấy trẻ nào có suy nghĩ cái tôi hiệu quả cao giải toán nhanh hơn trẻ có suy nghĩ cái tôi hiệu quả thấp – bất kể nói chung chúng làm tốt đến mức nào. Trẻ có suy nghĩ cái tôi hiệu quả cao sẵn sàng giải xong các bài toán trước đây đã giải sai và lần thứ hai có khả năng tự mình sửa chữa nhiều hơn. Vì nghĩ rằng mình có năng lực nên số trẻ này giải toán với nhiều cố gắng hơn trong khi trẻ có suy nghĩ cái tôi hiệu quả thấp bỏ cuộc nhanh chóng và cho rằng cố gắng cũng không có kết quả.

Trong nghiên cứu sức chịu đựng cơ thể, Weinberg, Gould và Jackson (1979) nâng cao suy nghĩ cái tôi hiệu quả của những người tham gia nghiên cứu bằng cách cung cấp sự phản hồi sai về hoạt động của họ trong các nhiệm vụ cạnh tranh. Phản hồi nhằm mục đích nâng cao hay hạ thấp suy nghĩ cái tôi hiệu quả so với nhiệm vụ cụ thể của họ. Các nhà nghiên cứu nhận thấy những nghiên cứu có suy nghĩ cái tôi hiệu quả được nâng cao thực hiện tốt hơn trong các nhiệm vụ sức chịu đựng, và khi thất bại họ cố gắng hơn. Trái lại, những người có suy nghĩ cái

Bảng 14.1 Quá trình tâm lý học bị ảnh hưởng bởi suy nghĩ cái tôi hiệu quả

Quá trình nhận thức	Suy nghĩ cái tôi hiệu quả cho thấy tác động đến các mẫu suy nghĩ mà con người đang sử dụng, đến lượt các mẫu suy nghĩ này tác động đến hành vi. Cân nhắc một tình huống theo nghĩa chúng ta có khả năng làm được điều gì, ảnh hưởng đến những gì chúng ta đang chuẩn bị cố gắng.
Quá trình động cơ thúc đẩy	Suy nghĩ cái tôi hiệu quả trực tiếp ảnh hưởng đến việc chúng ta cố gắng làm một điều gì đó trong bao lâu sau khi đã bị thất bại 1, 2 lần.
Quá trình xúc cảm	Suy nghĩ cái tôi hiệu quả trực tiếp ảnh hưởng đến cảm giác chẳng hạn như căng thẳng hay lo âu. Chẳng hạn, nghiên cứu quỹ tích kiểm soát chứng minh con người có cảm giác mức độ căng thẳng thấp hơn nếu nghĩ rằng mình kiểm soát được tình huống. Có suy nghĩ cái tôi hiệu quả cao trực tiếp đi kèm với cảm giác có khả năng và kiểm soát vấn đề.
Quá trình chọn lọc	Những người có khuynh hướng chọn hoạt động và tình huống ấy sẽ tự đặt cho mình thử thách nhưng họ có khả năng kiểm soát. Vì thế suy nghĩ của một người về hiệu quả cá nhân của chính mình trực tiếp ảnh hưởng đến đối tượng mình lựa chọn.

Nguồn: Bandura, 1989

tôi hiệu quả hạ thấp thường có khuynh hướng bỏ cuộc khi thất bại và nói chung không thực hiện được tốt.

Trong phần hai của cuộc thí nghiệm thú vị, người thí nghiệm cẩn thận vận dụng suy nghĩ cái tôi hiệu quả và giới tính, chẳng hạn suy nghĩ cái tôi hiệu quả của người tham gia nghiên cứu nữ được nâng cao, trong khi suy nghĩ cái tôi hiệu quả ở người tham gia nghiên cứu nam bị giảm thấp. Khi làm điều này, họ nhận thấy khác biệt giới tính thông thường trong các nhiệm vụ đòi hỏi sức chịu dựng cơ thể gần như hoàn toàn biến mất. Bandura (1989) nêu rằng điều này làm phát sinh vấn đề sự phân biệt giới tính truyền thống là kết quả của suy nghĩ cái tôi hiệu quả bị hạ thấp vì hầu hết xã hội theo truyền thống làm cho bé gái luôn nghĩ rằng mình làm việc không tốt bằng bé trai.

Bandura (1986) cho rằng nếu suy nghĩ cái tôi hiệu quả ở cá nhân cao hơn hoạt động trước đây một ít thường là một điều tốt vì có nghĩa rằng cá nhân sẽ nỗ lực nhiều hơn và đón nhận thử thách mới, đồng nghĩa với việc phát triển khả năng hơn nữa. Bạn hãy thật tự tin, điều này luôn có lợi!

ĐỒNG NHẤT XÃ HỘI

Tajfel và Turner (1979) đưa ra một cách nhìn khác về cách tự nhận thức mình ở con người. Họ lập luận rằng **nhóm xã hội** là các đơn vị cơ bản mà con người sử dụng để tìm hiểu thế giới xã hội, và chính tư cách thành viên trong nhóm xã hội ảnh hưởng đến cách chúng ta nhận thức về bản thân. Xã hội phần lớn do các nhóm người khác nhau cấu thành, những nhóm này khác nhau theo nghĩa quyền lực tương đối, địa vị và ảnh hưởng, cũng như chức năng và lĩnh vực liên quan. Trong thuyết của Tajfel, các nhóm xã hội hình thành một phần quan trọng trong suy nghĩ của con người vì chúng ta có xu hướng phân loại kinh nghiệm của mình. Chúng ta tự phân loại mình cũng như người khác, do đó chúng ta thuộc về nhóm xã hội nào trở thành một phần trong khái niệm về cái tôi cũng như ảnh hưởng đến cách quan hệ với người khác.

Lý thuyết đồng nhất xã hội (xem Chương 15 để biết thêm chi tiết) cho rằng con người hoàn toàn không quan hệ với nhau trong tư cách cá nhân mà trên cơ sở một đối một độc lập. Đôi khi, chúng ta tương tác với người khác trong tư cách đại diện nhóm xã hội: nhóm hoạt động như một giao diện, tô điểm tương tác của chúng ta. Điều này không phải luôn xảy ra – không hẳn bạn xem một người bạn trong tư cách thành viên một nhóm xã hội. Nhưng những nhóm xã hội là một phần trong xã hội quan trọng, hầu như chúng ta cũng tương tác như những đại diện cho nhóm của mình, tùy vào điều gì nổi bật trong thời điểm ấy. Chẳng hạn, một sinh viên hóa học tương tác với các bạn sinh viên khoa khác trong tư cách cá nhân, cho đến khi trao đổi biến thành sự phân biệt giữa ngành khoa học và giáo dục nghệ thuật. Lúc ấy, chắc chắn họ đồng nhất với nhóm xã hội của riêng mình – trong tư cách sinh viên ngành khoa học – và tranh luận trên quan điểm ấy. Nhận diện xã hội trong tư cách một nhà khoa học trở nên nổi bật trong cuộc trao đổi cụ thể ấy.

Đồng nhất xã hội và tự trọng

Dĩ nhiên, đôi lúc chúng ta không đồng nhất với nhóm xã hội mà mình đang thuộc về. Thay vào đó, chúng ta cố gắng tách bản thân khỏi số thành viên khác trong nhóm ("tôi không giống người khác") hay bỏ nhóm, gia nhập vào một số nhóm xã hội khác. Liệu chúng ta có thực sự đồng nhất với nhóm mà chúng ta đang thuộc về hay không tùy vào nhóm đã cung cấp cho chúng ta điều gì. Theo Tajfel và Turner (1979), những người đi đến việc đồng nhất với nhóm xã hội của mình nếu nhóm cung cấp cho họ một nguồn tự trọng tích cực. Thuộc về một nhóm phải cho bạn một số lý do tự hào về nhóm. Nếu không, chắc chắn bạn sẽ bỏ nhóm, nếu không bỏ được, bạn sẽ tự mình cách biệt với nhóm.

Theo lựa chọn, Tajfel và Turner lập luận những người thuộc về nhóm vì điều này tăng cường hình ảnh về cái tôi của riêng họ. Ngoài ra, chúng ta vẫn còn là thành viên của một nhóm cụ thể chỉ khi nào còn hình ảnh này. Nhưng đôi khi chúng ta không có sự lựa chọn như thế – chẳng hạn không thể thay đổi giới tính hay màu da dễ dàng. Trong những trường hợp như thế, đảm bảo rằng tư cách thành viên nhóm của bạn phản ánh tích cực đối với hình ảnh về cái tôi của bạn cần phải có một tiếp cận khác. Một tùy chọn là phải so sánh nhóm của bạn với các nhóm khác có địa vị tương tự hay thấp hơn, và phớt lờ hay xem thường các nhóm có địa vị xã hội cao hơn. Bằng cách này, người ta đồng nhất với nhóm của riêng mình nhưng không có cảm giác tự ty.

Tùy chọn khác là phải thay đổi địa vị nhận thức về nhóm. Đột phá quan trọng trong đấu tranh chống chủ nghĩa phân biệt chủng tộc ở Mỹ là phong trào "da đen mới đẹp" ở Mỹ trong thập niên 1960, tạo ra sự khác biệt khổng lồ trong đời sống của nhiều người bằng việc định nghĩa lại da đen là một kinh nghiệm tích cực chứ không phải tiêu cực mà văn hóa Mỹ theo trào lưu phân biệt chủng tộc mô tả. Đại diện cho suy nghĩ này là Angela Davis và Malcolm X gởi thông điệp đến nhiều người da đen, sao cho ngày càng có nhiều người đồng nhất với phong trào và cảm thấy tự hào khi thuộc về nhóm xã hội da đen của mình.

Người trong nhóm và người ngoài nhóm

Quá trình nhận dạng xã hội có nhiều kết quả về cách nhận thức và tương tác với người khác. Một trong những kết quả này là việc đồng nhất với nhóm dẫn đến suy nghĩ "họ và chúng ta", đến lượt suy nghĩ này dẫn đến quan điểm phóng đại sự khác nhau giữa các nhóm. "Chúng ta" là người trong nhóm và "họ" được xem là người ngoài nhóm, khác với chúng ta. Đây là một quá trình xã hội tác động mạnh, có thể nhận thấy trong nhiều lĩnh vực đời sống, có vẻ phát sinh từ quá trình suy nghĩ phân loại.

Tajfel và Wilkes (1963) chứng minh rằng ngay cả cách đánh giá đơn giản chẳng hạn như đoán chiều dài đoạn thẳng cũng chịu ảnh hưởng bởi sự phân loại tùy tiện đoạn thẳng thành A hay B. Các đoạn không gọi tên được xem là chính xác hợp lý, nhưng các đoạn được đặt vào cùng nhóm hoàn toàn ngẫu nhiên được xem là giống nhau nhiều hơn các đoạn thuộc nhóm khác – ngay cả khi chúng ta biết phân loại tùy tiện đến mức nào. Bất đồng xã hội nổi bật theo cách tương tự. Sherif (1935) chứng minh trong thí nghiệm của ông về tiêu chuẩn nhóm mà chúng ta sẽ nghiên cứu trong Chương 17, sự nhấn mạnh hay phóng đại khác biệt giữa các nhóm cũng dẫn đến sự phối hợp thành kiến xã hội và kình địch thành một nhóm – mặc dù chuyện này không phải lúc nào cũng luôn diễn ra.

Tajfel *và người khác* (1971) đề cập việc trở thành thành viên một nhóm thường có vẻ tạo ra thái độ thiên vị người trong nhóm với cái giá phải trả của người ngoài nhóm. Trong một nghiên cứu, họ phân loại nam sinh vị thành niên thành hai nhóm trên cơ sở tiêu chuẩn rất tùy tiện, như tung đồng xu, hay hỏi các em thích loại tranh nào. Cách này gọi là **nghiên cứu nhóm tối thiểu** do dựa trên cơ sở các em tự xem mình thuộc về một nhóm này hay nhóm khác hoàn toàn tối thiểu. Một khi được phân vào một nhóm, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu phân bố các điểm, hoặc cho chính mình, hoặc cho các em khác. Mỗi em tự làm, thông tin duy nhất mà họ có về em khác là em khác được bố trí trong nhóm nào. Cho dù trò chơi lập ra theo cách mà sự hợp tác giữa các nhóm đôi khi là chiến lược lôi cuốn, Tajfel *và người khác* nhận thấy các em luôn thiên vị nhóm của riêng mình bằng cái giá phải trả của các em thuộc nhóm khác.

Tuy nhiên, nghiên cứu gần đây hơn đặt vấn đề liệu liên kết mâu thuẫn hay cạnh tranh thành nhóm có chắc chắn xảy ra hay không. Dường như có nhiều lĩnh vực liên kết nhóm hợp tác nhiều hơn kết quả nghiên cứu ban đầu, nhất là khi người ta xét đến cách tương tác của nhóm trong thế giới thực so với tình huống giả tạo như nghiên cứu nhóm tối thiểu. Cũng có một số ý kiến cho rằng người tham gia nghiên cứu nhóm tối thiểu phản ứng đối với **đặc điểm yêu cầu** của tình huống và cố làm những gì người khác mong đợi ở mình, do đó chưa rõ những chứng minh cụ thể này có giá trị ra sao. Tuy nhiên điều có vẻ chắc chắn là phải xem thế giới xã hội theo nghĩa các nhóm xã hội và bản thân chúng ta là một bộ phận trong thế giới xã hội ấy, một bộ phận cơ bản của khái niệm về cái tôi.

BỐI CẢNH VĂN HÓA NHẬN DẠNG

Như tôi đã nêu ở đầu chương này, hầu hết nghiên cứu tâm lý học về cái tôi có khuynh hướng xem khái niệm của phương Tây về cái tôi như một thực thể tách biệt, độc lập là điều mặc nhiên. Lý thuyết đồng nhất xã hội không thừa nhận quan điểm này, cho rằng tư cách thành viên trong nhóm xã hội ảnh hưởng đến nhận thức về bản thân của chúng ta. Nhưng hầu hết các lý thuyết phương Tây khác thường cho rằng "cái tôi" trong một số cách độc lập với bối cảnh xã hội. Marsella, Devos và Hsu (1985) lập luận rằng điều này có nghĩa phần lớn nghiên cứu tâm lý học về cái tôi hoàn toàn không liên quan với một phần lớn thế giới con người.

Mặc dù ngay từ đầu, như chúng ta đã biết, các nhà tâm lý học thừa nhận ảnh hưởng xã hội là một yếu tố trong khái niệm về cái tôi, họ vẫn còn xem ảnh hưởng xã hội là một "ảnh hưởng" – như thể cái tôi có thể tồn tại không có ảnh hưởng này, nhưng trong nhiều nhóm văn hóa cả trong lẫn ngoài thế giới phương Tây, không phải là vấn đề "ảnh hưởng" mà là toàn bộ vị trí của kinh nghiệm cái tôi. Chẳng hạn, Mbiti (1970) mô tả truyền thống triết học châu Phi định vị cái tôi cá nhân trong cái tôi tập thể của bộ tộc hay dân tộc. Bối cảnh "tồn tại" là đời sống bộ tộc đang tiếp diễn và nhịp điệu của thế giới tự nhiên. Cố tách bất kỳ điều nào ra khỏi những yếu tố này được xem là phi lý – tất cả đều là bộ phận của tổng thể. Do đó, trong khi mọi người đều khác nhau, thì quan điểm "cá nhân" như một thực thể độc lập có thể tách rời với bối cảnh theo cách nào đó được xem là hoàn toàn phi hiện thực.

Ở đây cũng đáng nêu một số điểm. Thứ nhất, phát biểu rằng cá nhân là một bộ phận của cái tôi tập thể, như Mbiti, không bao gồm việc phủ nhận rằng con người có những suy nghĩ và ý kiến đặc biệt của riêng mình. Mỗi người đều đặc biệt, muốn được người khác công nhận như thế. Người ta không thừa nhận quan niệm cho rằng cái tôi tồn tại độc lập với bối cảnh xã hội. phải hiểu con người trong bối cảnh gia đình, nhóm xã hội, bạn bè và văn hóa nếu sự hiểu biết ấy là phải tìm ý nghĩa. Loại bỏ những yếu tố này, và "cá nhân" hoàn toàn khác nhau, nói chung không phải là một thực thể hoàn toàn độc lập.

Điều này đưa chúng ta đến điểm thứ hai, trong khi triết học và tâm lý học phương Tây thường xem cái tôi mang tính độc lập, thực tế đời sống xã hội phương Tây mang bối cảnh xã hội – gia đình, nhóm tôn giáo, nhóm bè bạn – đều quan trọng mang tính quyết định trong cách chúng ta nhận thức về bản thân. Chúng ta đã biết điều này khi khảo sát một số nghiên cứu thực tế hơn trong lĩnh vực. Trong tư tưởng truyền thống châu Phi chính thức công nhận điều này trong khi triết học phương Tây truyền thống không nhận ra tầm quan trọng của nó. Một phần, chúng ta trở về vấn đề, về truyền thống Cartesian trong Chương 1 – tách tinh thần khỏi thể xác, và khái niệm cơ thể như một cỗ máy, có nhiều hậu quả, bao gồm sự phủ nhận tầm quan trọng của bối cảnh xã hội.

Nobles (1976) lập luận rằng quan điểm về cái tôi khác nhau trong tư tưởng phương Tây và tư tưởng châu Phi liên kết với giả định của họ về thế giới. Nobles lập luận quan điểm phương Tây dựa trên hai nguyên tắc định hướng "cá nhân thích hợp nhất sẽ tồn tại" và "kiểm soát tự nhiên", trong khi nguyên tắc định hướng trong tư tưởng châu Phi truyền thống là "sự sống còn của bộ tộc" và "hòa hợp với tự nhiên". Hayes (1983) cho rằng những nguyên tắc định hướng này hình thành một phần cơ bản trong hệ thống giáo dục châu Phi truyền thống, mâu thuẫn trực tiếp với quan niệm chủ nghĩa cá nhân. Theo cách nhìn này, chủ nghĩa cá nhân được xem là vô trách nhiệm và hầu như kém văn minh, vì cá nhân không chịu trách nhiệm đối với chính mình, mà chỉ là những thành viên lệ thuộc lẫn nhau trong cộng đồng.

Điều này không có nghĩa là tất cả các nền văn hóa ngoài phương Tây nhận thức cái tôi giống nhau. Khi đề cập khái niệm về cái tôi ở người Hindu, Bharati (1985) mô tả sự nhấn mạnh vào tình trạng cái tôi chứ không phải xã hội nhưng với sự không thể phân chia cái tôi "đích thực" - *atman* – với tính chất duy nhất của Chúa. Cái tôi thâm tâm này chỉ đạt đến qua sự hành xác và thiền định: ai cũng có cái tôi này nhưng phải học cách tiếp cận. Bharati cũng mô tả những khía cạnh cái tôi khác trong tư tưởng Hindu, một số bao gồm những khía cạnh tiêu cực hơn trong kinh nghiệm cá nhân, do đó tạo ra vật cản đến với sự hiện thực hóa atman. Những khía cạnh khác liên quan đến tư tưởng, ý kiến cá nhân nhưng cá nhân không truyền đạt cho người khác biết – "ý thức không thể diễn đạt" – hay với những khía cạnh cái tôi tham gia vào sự tương tác có ý thức với người khác.

DeVos (1985) lập luận rằng người Nhật được nuôi dưỡng theo cách rất nhạy cảm với tội lỗi giữa cá nhân với nhau cũng như hổ thẹn trong xã hội và điều này hình thành một đặc điểm quan trọng trong nhận thức cái tôi ở người Nhật. Thuộc về một nhóm, hình thành một phần trong nhận dạng nhóm là yếu tố quan trọng ở Nhật vì có nghĩa rằng sự tự nhận biết bản thân đau khổ đi kèm với cá nhân đang hiện hữu nhưng tách biệt, có thể tránh được. Do đó tư tưởng cá nhân thường có khuynh hướng giữ kín trong trường hợp chúng làm xáo trộn sự cân bằng xã hội. Ý thức nhận dạng của cá nhân có cội rễ trong các mối quan hệ xã hội và hành vi xã hội thích hợp, ở Nhật vững chắc hơn ở văn hóa Mỹ hay châu Âu rất nhiều.

Điểm qua ngắn gọn một số khái niệm cái tôi cho thấy quan điểm về khái niệm cái tôi được các nhà tâm lý học phương Tây mô tả không phải là bức tranh tổng thể. Cái tôi được nhận thức theo nhiều cách nhưng hầu như tất cả các lý thuyết phương Tây đều thừa nhận tầm quan trọng của ảnh hưởng xã hội, có vẻ sự nhận dạng các yếu tố xã hội thường gặp trong khái niệm về cái tôi có thể đề cập đến một vấn đề gì đó sâu sắc hơn về nhu cầu bối cảnh và đồng nhất xã hội ở con người. Chúng ta là ai, chúng ta tự xem mình như thế nào có vẻ liên kết mật thiết với nền văn hóa, tiểu văn hóa, tình bạn và nhóm nghề nghiệp của chúng ta – có lẽ quan trọng nhất trong số này – là gia đình. Vì thế nghiên cứu cách chúng ta hình thành các mối quan hệ với người khác là việc làm có ý nghĩa, chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát nghiên cứu sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau.

SỰ HẤP DẪN GIỮA CÁ NHÂN VỚI NHAU

Sự hấp dẫn hình thành một khía cạnh quan trọng trong đời sống xã hội của chúng ta: không chỉ theo nghĩa các mối quan hệ mật thiết mà chúng ta hình thành với các cá nhân khác mà còn trong tình bạn và mối quan hệ đồng nghiệp. Chúng ta cố gắng dành thời gian với những người mình thích, và chúng ta thích tránh những người mình không thích. Chúng ta bước vào mối quan hệ với người khác, đôi khi rất thân mật, và đôi khi là tình bạn chính thức hay nhất thời. Hầu hết chúng ta đều cố hết sức trong quan hệ với người làm việc hay học chung. Vì thế sự hấp dẫn xảy ra như thế nào? Yếu tố nào làm chúng ta thích người khác nhiều hay ít?

YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỰ HẤP DẪN

Nghiên cứu tâm lý học nhận dạng nhiều yếu tố khác nhau có vẻ ảnh hưởng liệu chúng ta có hấp dẫn đối với người khác hay không. những yếu tố này gồm hấp dẫn hình thể, sự giống nhau và tính bổ sung, tính quen thuộc và tính gần gũi, yêu mến lẫn nhau và khả năng có thể sai lầm trong nhận thức. Chúng ta khảo sát nghiên cứu thực nghiệm từng loại này trước khi đi đến nghiên cứu một số lý thuyết mà các nhà tâm lý học đề xuất khi giải thích sự hấp dẫn.

Sự hấp dẫn hình thể

Có nhiều nghiên cứu cho thấy chúng ta tương tác với người mình nhận thấy hấp dẫn hình thể một cách tích cực hơn. Đặc biệt, chúng ta thường thiên vị đối với những người như thế nhiều hơn, điều này có nhiều ngụ ý xã hội, chẳng hạn một trong số này là trẻ hấp dẫn thường được đối xử khoan dung hơn trẻ kém hấp dẫn khi chúng ngỗ nghịch.

Dion (1972) yêu cầu 243 người tham gia nghiên cứu điền vào bảng câu hỏi về trẻ trên cơ sở phiếu thông tin mô tả hành vi của trẻ. Mỗi trẻ được mô tả là có hạnh kiểm xấu, nhiều hay ít theo một trong hai cách – bằng cách gây hấn đối với trẻ khác hay đối xử độc ác với động vật. Mỗi phiếu cũng có hình chụp bé trai hay bé gái, trắng đen, cỡ nhỏ. Hình được những người quan sát độc lập đánh giá hấp dẫn hay không hấp dẫn. Bảng câu hỏi gồm các câu chẳng hạn trẻ có hành động tương tự trước đây hay không, hành vi xấu đến mức nào, có bị phạt nặng không, sau này có hành động như thế không, v.v... người tham gia nghiên cứu cũng được cho biết lý do tại sao trẻ ngỗ nghịch như thế và đánh giá trẻ ấy bình thường có hành vi ra sao.

Dion nhận thấy sự hấp dẫn ở trẻ tạo ra sự khác biệt đáng kể trong khi đánh giá. Trẻ không hấp dẫn được đánh giá có đặc điểm chống đối xã hội nhiều hơn, được mô tả có khả năng phạm trọng tội, hành vi xấu trong quá khứ, chắc chắn sẽ tái diễn. Người tham gia nghiên cứu xem hành vi xấu ở trẻ hấp dẫn không nghiêm trọng như hành vi tương tự do trẻ không hấp dẫn phạm phải.

Không chỉ xét đến sự hấp dẫn trong thời thơ ấu mà những khác biệt trong đánh giá này cũng ảnh hưởng khi đánh giá người lớn. Sigall và Ostrove (1975) yêu cầu 120 người đề nghị mức án dành cho một tội phạm. Tội phạm hoặc là lường gạt (tội phạm chắc chắn liên quan đến sự hấp dẫn) hay trộm cắp (không liên quan đến sự hấp dẫn). Người tham gia nghiên cứu cũng được cho xem thông tin ghi trên phiếu nhỏ. Một loạt các phiếu – phát cho thành viên trong nhóm kiểm soát – không có ảnh chụp tội phạm, một loạt phiếu khác có ảnh chụp một phụ nữ hấp dẫn, một loạt thứ ba có ảnh chụp một phụ nữ không hấp dẫn. Người tham gia nghiên cứu được cho biết chắc chắn cá nhân có tội, nhưng họ cũng đề nghị mức án nên dành cho phạm nhân.

Kết quả nghiên cứu trong Bảng 14.2, trong trường hợp trộm cắp, mức án trung bình đề nghị cho người tham gia nghiên cứu hấp dẫn thấp hơn mức án đối với người tham gia nghiên cứu không hấp dẫn hay kiểm soát. Mặc dù điều thú vị là mức án dành cho tội lường gạt đều nghiêm khắc hơn đối với phạm nhân hấp dẫn: có lẽ người tham gia nghiên cứu nghĩ rằng phạm nhân đáng hưởng như thế vì cố ý lợi dụng sự hấp dẫn của mình.

Chính sự hấp dẫn hình thể không phải lúc nào cũng dễ đánh giá. Khi áp dụng thang điểm 10 đơn giản, thường có số lượng nhất trí đáng ngạc nhiên giữa các quan tòa đánh giá người này hấp dẫn hơn người khác. Nhưng Garwood *và người khác* (1980) chứng minh rằng đánh giá sự hấp dẫn chịu ảnh hưởng của những yếu tố rất nhỏ – như tên người. Họ yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá ảnh chụp hấp dẫn, đặt cho mỗi ảnh một tên thánh"đáng mong muốn" như Kathy, Christine hay Jennifer, hay một tên thánh "không đáng mong muốn" như Gertrude, Ethel hay Harriet. Họ nhận thấy người tham gia nghiên cứu đánh giá số ảnh có tên "hay hơn" là hấp dẫn hơn số ảnh khác.

Theo nghĩa tác dụng của sự hấp dẫn đối với sự hấp dẫn thân mật hơn, Walster *và người khác* (1966) đưa ra **giả thuyết phối hợp,** cho rằng con người thường hình thành các mối quan hệ dài hạn của mình với những người có cùng sự hấp dẫn hình thể với mình. Một số ủng hộ quan điểm này từ Murstein (1971), ông

Bảng 14.2 Kết án một tội nhân có sức hấp dẫn

	Kiểm soát (không có thông tin)	**Hấp dẫn**	**Không hấp dẫn**
	Thời gian kết án trung bình tính theo năm		
Trộm cắp	5,10	2,80	5,20
Lường gạt	4,35	5,45	4,35

Nguồn: Sigall và Ostrove, 1975

chứng minh rằng người bạn đời trong hôn nhân thường được đánh giá rất giống nhau về tính hấp dẫn.

Walster *và người khác* tổ chức "khiêu vũ máy tính" cho sinh viên, trong đó bố trí bạn cùng nhảy ngẫu nhiên. Khi mỗi sinh viên mua vé xem khiêu vũ, quan tòa độc lập đánh giá sự hấp dẫn hình thể của họ. Khiêu vũ nửa chừng, sinh viên được phát bảng câu hỏi, đánh giá bạn cùng nhảy. Sáu tháng sau họ được hỏi lại để xem có nhảy với nhiều bạn khác sau buổi khiêu vũ hay không (?).

Trước buổi khiêu vũ mỗi sinh viên tham gia nghiên cứu phải điền vào bảng câu hỏi về năng khiếu, nhân cách và tự trọng, nhưng khi các nhà nghiên cứu so sánh bảng câu hỏi với bảng điểm thì không có yếu tố nào có vẻ ảnh hưởng đến việc đánh giá bạn cùng nhảy. Giả thuyết phối hợp có vẻ cũng không đúng: bạn cùng nhảy hấp dẫn hơn thường được mến nhiều hơn, bất kể liệu họ có hấp dẫn như bạn cùng nhảy hay không. Nhưng để bảo vệ giả thuyết phối hợp, Walster *và người khác* cho rằng điều này là do tình huống hẹn hò ngắn hạn như khiêu vũ là vấn đề khác với mối quan hệ dài hạn, và con người sử dụng tiêu chuẩn khác nhau để đánh giá bạn cùng nhảy trong hai trường hợp.

Do đó năm 1969, Walster và Walster tổ chức "buổi khiêu vũ máy tính" khác, nhưng lần này người tham gia nghiên cứu gặp mặt nhau trước, cho biết họ thích nhảy chung với bạn như thế nào theo nghĩa hấp dẫn hình thể. Họ nhận thấy trong trường hợp này, những người hấp dẫn hơn những người được đánh giá là hấp dẫn tương tự (do người cho điểm độc lập đánh giá), có vẻ phù hợp với giả thuyết.

Tuy nhiên, Huston (1973) cho rằng kết quả này thực ra không phải do sự phục hồi mà vì người ta sợ bị những bạn cùng nhảy hấp dẫn từ chối. Vì thế, một người hấp dẫn ở mức trung bình thận trọng chọn người khác giống mình, không phải vì họ nhận thấy mình hấp dẫn nhất mà vì họ không muốn bị người khác hấp dẫn hơn họ từ chối. Huston tiến hành nghiên cứu yêu cầu người tham gia chọn bạn cùng nhảy từ một nhóm người đã thấy ảnh của họ và cho biết muốn mời họ nhảy chung. Trong tình huống này, người tham gia nghiên cứu thường chọn bạn cùng nhảy được đánh giá là hấp dẫn hơn mình, có vẻ ủng hộ quan niệm cho rằng sự lựa chọn trong nghiên cứu Walster trên cơ sở tránh sự từ chối có thể. Liệu điều này không thừa nhận giả thuyết phù hợp hay không vẫn còn nhiều nghi vấn vì kết quả vẫn có nghĩa rằng trong một trường hợp không chắc chắn con người thường có khuynh hướng kết bạn với người khác có sự hấp dẫn gần giống với mình. Và đời sống thực thường có nhiều điều không chắc chắn.

Sự giống nhau và tính bổ sung

Chúng ta cũng có khuynh hướng thích những người giống mình – về thái độ và ý kiến. Winslow (1937) so sánh thái độ và ý kiến của nhiều nhóm bạn, nhận thấy rằng họ giống với nhau nhiều hơn là ghép cặp ngẫu nhiên. Có một số giải thích: vì một lẽ có thể bạn bè càng giống nhau khi hiểu nhau rõ hơn. Vì họ hiểu quan điểm của bạn mình rõ hơn nên ngày càng có thái độ giống hơn. nhưng có vẻ một số chứng cứ cho thấy những người hấp dẫn với người có cùng thái độ: không chỉ con người thay đổi do tình bạn của mình.

Byrne (1961) yêu cầu sinh viên điền vào bảng câu hỏi đánh giá thái độ của họ đối với nhiều chủ đề khác nhau, như sở thích âm nhạc, tham gia thể thao, thái độ tín ngưỡng, v.v... Hai tuần sau phát cho mỗi sinh viên một bản sao câu hỏi tương tự, cho biết rằng do một bạn khác nhưng họ không biết tên, điền vào. Sau đó yêu cầu họ sử dụng bảng câu hỏi đã điền xong để đánh giá cá nhân ấy về sự hấp dẫn, khả năng hiểu biết, phẩm hạnh, điều chỉnh, thích làm việc với cá nhân ấy ở mức độ nào, thích quen nhiều hay ít đối với cá nhân ấy.

Thực ra, thang điểm do người thí nghiệm điền vào, cân nhắc cẩn thận so với thái độ ban đầu của sinh viên. Tổng cộng có 4 nhóm người tham gia nghiên cứu. Một nhóm sinh viên nhận bảng câu hỏi cho thấy rất giống với thái độ của mình. Nhóm khác nhận bảng câu hỏi hoàn toàn trái ngược với bảng câu hỏi họ đã điền. Nhóm thứ 3 nhận bảng câu hỏi phù hợp với thái độ của họ đối với vấn đề quan trọng nhưng không phù hợp trong các lĩnh vực họ đánh giá là kém quan trọng, trong khi nhóm thứ tư nhận bảng câu hỏi có thái độ khác hẳn đối với vấn đề quan trọng nhưng phù hợp với người tham gia nghiên cứu đối với vấn đề kém quan trọng hơn.

Byrne chứng minh rằng người lạ có thái độ tương tự được thích nhiều hơn, được đánh giá thông minh hơn, hiểu biết hơn, v.v... những người mà câu trả lời của họ cho thấy thái độ khác với thái độ của người tham gia nghiên cứu. Người lạ đồng ý chỉ ở các vấn đề quan trọng được đánh giá là có phẩm hạnh tốt hơn, điều chỉnh tốt hơn, có thể được thích hơn một chút so với những người chỉ đồng ý ở những vấn đề không quan trọng.

Mặc dù điều đáng nghi vấn sự giống nhau trong mối quan hệ dài hạn quan trọng như thế nào. Kerchoff và Davis (1962) phỏng vấn các đôi vợ chồng đính hôn hơn 18 tháng, nhận thấy họ không có sự giống nhau trong thái độ được xem là yếu tố đặc biệt quan trọng trong mối quan hệ của họ. Nhưng những đôi đã đính hôn chưa đến 18 tháng lại nghĩ điều này là quan trọng. Kerchoff và Davis nhận thấy các đôi vợ chồng đính hôn chưa được 18 tháng có thái độ giống nhau có mối quan hệ vững chắc hơn những đôi vợ chồng có thái độ khác nhau.

Một giải thích cho điều này là sự tương tác của chúng ta với người khác ít bị sự hiểu lầm hay bất đồng làm tổn hại nếu thái độ của chúng ta giống nhau về cơ bản. Con người thường có khuynh hướng tránh sự đối đầu trực tiếp trong tương tác xã hội, do đó việc chọn bạn từ những người giống với chúng ta về cơ bản là cách tốt nhất để tránh xung đột xã hội.

Nhưng điều này không có nghĩa là chúng ta chỉ thích những người giống hệt chính mình. Sigall (1970) nhận thấy người hấp dẫn hơn đối với những người có vẻ thay đổi thái độ và giống với cách suy nghĩ của cá nhân hơn những người có thái độ tương tự. Một số người có vẻ hấp dẫn đối với bạn đời hay bạn bè gần như có tính tình trái ngược với mình.

Winch (1958) đưa ra **giả thuyết nhu cầu bổ sung,** cho rằng con người cân nhắc chọn bạn đời có đặc điểm giống nhau bù trừ cho sự khiếm khuyết của mình. Bằng cách phân tích dữ liệu về nhu cầu của các đôi vợ chồng, Winch kết luận rằng hầu hết các đôi đều có hai cặp nhu cầu bổ sung: ủng hộ – tiếp nhận và chi phối – phục tùng. Họ cho rằng người chi phối sẽ chọn bạn đời phục tùng, người ủng hộ sẽ chọn bạn đời tiếp nhận để bổ sung những nhu cầu này, nhưng nhiều nhà tâm lý học cho rằng mô hình này giản dị thái quá: một bạn đời ủng hộ cho một tình huống và tiếp nhận trong tình huống khác hay chi phối trong lĩnh vực này nhưng phục tùng trong lĩnh vực khác.

Tính quen thuộc và tính gần gũi

Năm 1961, Newcomb báo cáo nghiên cứu trong đó nam sinh viên khi trở lại tham gia nghiên cứu sẽ được ăn ở miễn phí. Họ ở chung phòng, bố trí ngẫu nhiên. Khi Newcomb quan sát tình bạn đang được phát triển số sinh viên năm thứ nhất, thì nhận thấy sinh viên có thái độ và giá trị giống nhau, cho thấy điều này là cơ sở tình bạn của họ.

Trong năm học thứ hai (với một nhóm những người tham gia nghiên cứu khác), sinh viên được xếp bạn cùng phòng theo thái độ. Một số phòng có số sinh viên có thái độ giống hệt mình, trong khi các phòng khác có số sinh viên có thái độ hoàn toàn khác. Khi Newcomb nghiên cứu tình bạn đang được phát triển, nổi bật **tính gần gũi** (sống gần nhau) là yếu tố chính, chứ không phải là sự giống nhau về thái độ. Sinh viên nói chung trở thành bạn thân với bạn cùng phòng, bất kể thái độ khác nhau.

Tính gần gũi ám chỉ sự gần gũi vật lý, có nhiều chứng cứ đáng kể cho thấy chúng ta thích những người mình thường gặp mặt. Năm 1974, Segal nghiên cứu tình bạn của những người lính mới tuyển mộ và sinh viên dài hạn ở một học viện cảnh sát Mỹ, nhận thấy hầu hết một nửa số bạn bè của họ đều là những người có vẻ gần nhau trong danh sách học viên theo thứ tự abc. Họ trở thành bạn của nhau vì họ được bố trí gần nhau trong ký túc xá và lớp học theo họ.

Festinger, Schachter và Back (1950) nghiên cứu các mẫu tình bạn phát triển trong một khối dãy phòng để đối với các đôi vợ chồng. Họ nhận thấy 41% số người tham gia nghiên cứu kết bạn với những người sống phòng kế bên, trong khi những người sống cách nhau vài dãy phòng hầu như không hề kết bạn với nhau. Những người sống gần cầu thang dẫn đến dãy phòng và dẫn đến các tầng cụ thể thường có nhiều bạn hơn và quen biết nhiều người hơn những người sống xa cầu thang. Zajonc (1968) cho rằng sự bộc lộ đơn giản hay tiếp xúc với người khác cũng đủ tạo ra sự ưa mến. Con người kết bạn với nhau đơn thuần vì họ thường tiếp xúc với nhau.

Saegert, Swap và Zajonc (1973) yêu cầu những người tham gia nghiên cứu tham gia một thí nghiệm nếm các thức uống khác nhau (một số khá khó chịu, nhưng chỉ là những dung dịch thí nghiệm, vô hại) mỗi người tham gia được chỉ định vào một phòng kín để nếm, hoặc một mình hoặc chung với người khác, người nghiên cứu thay đổi tần số họ nếm chung với người tham gia nghiên cứu khác hay một mình. Về sau, yêu cầu mỗi người điền vào bảng câu hỏi. Một trong số các câu hỏi nhằm mục đích đánh giá mức độ thích người nếm chung trong phòng. Saegert, Swap và Zajonc nhận thấy người tham gia nghiên cứu càng tiếp xúc với người nếm chung thì họ càng ưa mến người ấy nhiều hơn.

Mặc dù cũng có vấn đề quá gần gũi, chúng ta thường không thích những người xâm phạm **khoảng cách riêng tư** của mình bằng cách đứng hay ngồi quá gần mình. Felipe và Sommer (1966) tiến hành nghiên cứu xâm phạm khoảng cách riêng tư của những người đang làm việc trong thư viện một trường đại học. Họ chọn những người đang làm việc ở bàn viết của riêng mình, sau đó cố ý ngồi cách họ những khoảng cách khác nhau, rồi ghi chú. Khi ngồi gần nhất, người nghiên cứu ngồi ngay sát bên người tham gia nghiên cứu (ở một bàn viết khác gần như không có người khác), dời ghế gần đến mức khoảng cách từ vai này đến vai kia chỉ khoảng 30cm. Họ báo cáo rằng điều này không dễ chịu vì người được chọn thường ngồi ở mép ghế xa nhất và tránh người đang xâm phạm. Khi ngồi xa nhất, người nghiên cứu ngồi đối diện, cách 2 chiếc ghế.

Felipe và Sommer tính giờ xem người ấy tiếp tục làm việc trong thư viện khi có người ngồi gần như thế trong bao lâu. Họ cũng tính giờ xem những người làm việc trong điều kiện tương tự trong bao lâu nếu họ không bị gián đoạn. Họ nhận thấy 55% số người tham gia nghiên cứu không để ý trong trường hợp thứ nhất sẽ thu dọn và đi chỗ khác trong vòng 10 phút, trong điều kiện kiểm soát hầu như không có người nào. Khoảng nửa tiếng, chỉ 30% số người vẫn còn làm việc tại chỗ so với 73% trong điều kiện gián tiếp và 87% trong điều kiện kiểm soát. Phần lớn những người ngồi yên tại chỗ đã dựng lên một "rào cản phòng thủ" gồm sách, báo giữa họ và người xâm phạm. Sau đó các nhà nghiên cứu tiến hành nghiên cứu tương tự trong một bệnh viện tâm thần, ngồi kế bên những người đang ngồi một mình, xem họ ngồi được bao lâu, với kết quả giống hệt.

Thật ngẫu nhiên, ngoài ngụ ý trong nghiên cứu sự hấp dẫn, hai nghiên cứu này phát sinh một số vấn đề lý thú về nguyên tắc xử thế khi ngắt quãng hoạt động thường nhật ở người khác. Bạn có cảm nghĩ thế nào nếu đang làm việc trong thư viện hay ngồi ngoài công viên vào một ngày đẹp trời lại bị đối xử như thế? quy ước nguyên tắc xử thế hiện đại của chúng ta nhấn mạnh sự tôn trọng đối với người tham gia nghiên cứu thực nghiệm nhưng phần lớn nghiên cứu trước đây có vẻ không xem trọng vấn đề này.

Ưa mến lẫn nhau

Một yếu tố quan trọng là liệu chúng ta thích người khác có vẻ họ cũng thích chúng ta. Chúng ta thường tránh những người phát biểu vấn đề khó chịu hay xúc phạm, và thường dành nhiều thời gian với những người biểu hiện suy nghĩ tích cực đối với mình. Năm 1965, Aronson và Linder yêu cầu người tham gia nghiên cứu tham gia một thí nghiệm được cho biết là thí nghiệm về biến đổi điều kiện ngoại cảnh bằng lời. Người tham gia phải trò chuyện với một vai phụ mà họ cho là người tham gia nghiên cứu đích thực, trong khi đồng thời đếm số lượng danh từ số nhiều mà cá nhân sử dụng (họ được cho biết đây là một phần trong nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh). Sau đó người tham gia nghiên cứu "nghe lõm" vai phụ khi đánh giá về họ với người thí nghiệm.

Việc này tiếp diễn trong 7 đợt. Sau đó người tham gia nghiên cứu phải phát biểu họ thích vai phụ đến mức nào, để ngụy trang điều gì đang thực sự diễn ra, các nhà nghiên cứu sử dụng "lời thấu cấy hai mặt" đầy mơ hồ về mặt đạo đức. Họ bảo rằng người tham gia nghiên cứu được hỏi những câu thích vai phụ đến mức nào để đánh lừa người khác suy nghĩ rằng nghiên cứu mục đích là sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau. Vì thế, mặc dù nghiên cứu thực ra là về sự hấp dẫn nhưng người tham gia bị đánh lừa có suy nghĩ cho rằng sự hấp dẫn chỉ là trá hình, nghiên cứu này thực sự là nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh bằng lời.

Trong nghiên cứu có 4 điều kiện, phản ánh nguyên tắc phần thưởng – chi phí do Aronson phác họa năm 1976, cho rằng ưa mến lẫn nhau có thể mô tả thành 4 điều kiện liệt kê trong Bảng 14.3. Mặc dù vẻ ngoài có vẻ như thể chúng ta thích những người thích mình, Aronson (1976) cho rằng sự hấp dẫn mạnh nhất là ở những người trong điều kiện 3. Có lẽ chúng ta cảm thấy rằng nếu "tranh thủ tình cảm một người ở xung quanh" thì nhận xét tích cực của họ đáng giá hơn nhận xét của người khác lúc nào cũng tỏ ra tích cực!

Kết quả phù hợp với dự đoán của nguyên tắc phần thưởng – chi phí: người tham gia nghiên cứu chấm điểm cao nhất cho những người đánh giá họ tiêu cực lúc đầu nhưng càng về sau đánh giá tích cực hơn. Thang điểm cao nhất kế tiếp của họ

Bảng 14.3 Điều kiện trong nghiên cứu của Aronson

Điều kiện 1	Cá nhân hoàn toàn tích cực đối với người tham gia nghiên cứu.
Điều kiện 2	Cá nhân hoàn toàn tiêu cực đối với người tham gia nghiên cứu.
Điều kiện 3	Cá nhân lúc đầu tiêu cực nhưng sau đó tích cực đối với người tham gia nghiên cứu.
Điều kiện 4	Cá nhân lúc đầu tích cực nhưng sau đó tiêu cực.

Nguồn: Aronson, 1976

dành cho những người luôn tỏ ra tích cực đối với họ và những người họ không thích nhiều nhất là những người ban đầu tích cực trong nhận xét nhưng về sau đối thành tiêu cực.

Clore, Wiggins và Itkin (1975) yêu cầu người tham gia đánh giá phụ nữ hấp dẫn như thế nào đối với người đàn ông trên cơ sở phản ứng không bằng lời được ghi băng. Họ có 4 điều kiện giống như trong nghiên cứu của Aronson và Linder. Thêm một lần nữa, người tham gia nghiên cứu đánh giá phụ nữ hấp dẫn hơn đối với người đàn ông khi lúc đầu hành động thật lạnh nhạt nhưng về sau nồng nhiệt hơn. Aronson và Linder cho rằng thích người khác nhiều hơn nếu họ lúc đầu lạnh nhạt nhưng sau đó đổi thái độ tích cực hơn là một nguyên tắc chung của sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau, mà họ mô tả **mô hình hấp dẫn được – mất.**

Tính có thể sai lầm trong nhận thức

Chúng ta thường nhận thấy con người hấp dẫn hơn khi họ thể hiện bản thân có thể sai lầm. Vận động viên trượt tuyết người Anh Eddy Edwards được cả nước biết đến do sự vui vẻ của anh khi thất bại trong thi đấu Olympic quốc tế. Tuy nhiên, có một số chứng cứ cho thấy chúng ta khoan dung với sai lầm chỉ từ những người đạt thành tựu tương đối cao – có vẻ họ cho chúng ta một điều gì đó để đồng nhất. Nếu người đạt thành tựu không cao phạm sai lầm có vẻ chúng ta không thích họ nhiều hơn.

Năm 1966, Aronson, Willerman và Floyd ghi âm các cuộc phỏng vấn, được cho là cuộc thi câu đố ở trường đại học ở cấp cao nhất nước đối với người tham gia nghiên cứu. Họ thay đổi điều kiện chẳng hạn như cá nhân trong buổi ghi âm có vẻ là những người thành tựu cao xuất sắc, trả lời đúng 90% các câu đố, hay có vẻ trung bình hơn, chỉ trả lời đúng 30% câu hỏi. Người tham gia nghiên cứu báo cáo rằng họ nhận thấy cuộc tranh tài thành tựu cao hấp dẫn hơn.

Trong phần hai của cuộc nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu nghe tiếng cào ghế nửa chừng trong buổi ghi âm, cuộc tranh tài tuyên bố rằng có người đã làm cà phê văng vào bộ quần áo mới. Khi người tham gia nghiên cứu đánh giá đối thủ trong điều kiện này họ thích đối thủ "xuất sắc" cho dù có phạm sai lầm ngớ ngẩn, mặc dù khi điều này diễn ra ở đối thủ "trung bình", họ không ưa mến bằng.

Chứng cứ này có vẻ chỉ áp dụng cho những người tham gia nghiên cứu có lòng tự trọng ở mức "trung bình". Helmreich, Aronson và Lefan (1970) chứng minh rằng người tham gia nghiên cứu có lòng tự trọng rất cao hay rất thấp thích người "xuất sắc" nhiều hơn khi họ phạm sai lầm. Có vẻ những người có lòng tự trọng rất thấp thích đặt người khác lên bục, có thể ngước lên nhìn họ sao cho họ cảm thấy điều này khó chịu khi phạm sai lầm. Trái lại, những người có lòng tự trọng cao có vẻ mong đợi tiêu chuẩn cao ở những người thành tựu cao và không thông cảm với những người không theo kịp họ. Theo định nghĩa, vì hầu hết chúng ta đều ở mức trung bình, chứng cứ chung có vẻ rất giá trị: chúng ta thích các vị anh hùng và anh thư là con người!

LÝ THUYẾT HẤP DẪN

Phần lớn các yếu tố chúng ta khảo sát tự nó đã đưa ra lời giải thích cho sự hấp dẫn, nhiều yếu tố ủng hộ một số giải thích sự hấp dẫn theo lý thuyết khác nhau. Một số chẳng hạn như thuyết trao đổi xã hội, duy trì sự hấp dẫn trong mối quan hệ dài hạn hơn, do đó, chúng ta sẽ khảo sát vào cuối chương này. Nhưng chúng ta ở đây sẽ bàn đến một số lý thuyết hấp dẫn khác.

Hấp dẫn như đánh giá

Berscheid (1985) cho rằng tất cả sự hấp dẫn sau cùng tùy vào cách đánh giá của chúng ta đối với người khác. Nếu quyết định rằng người khác "tốt" (sử dụng theo nghĩa rất chung chung), thì chúng ta thích họ, nhưng nếu xem họ là "xấu" thì chúng ta không ưa. Những yếu tố khác nhau trong ưa thích và hấp dẫn theo Berscheid đều có tác dụng vì làm cho chúng ta có khả năng đánh giá người khác tích cực hơn: chính đánh giá là yếu tố then chốt.

Berscheid cho rằng cảm xúc cơ bản của chúng ta về sự hấp dẫn và ghê tởm bắt nguồn sâu sắc trong nhu cầu sinh học. Theo Berscheid chúng ta hiểu khuynh hướng tránh tiếp cận theo nghĩa đánh giá: xem sự vật an toàn khi tiếp cận ở mức độ nguyên thủy là "tốt", trong khi xem sự việc chúng ta cần tránh là "xấu" con người lệ thuộc với nhau ngay từ khi đầu đời, do đó sự sống còn tùy thuộc vào khả năng tiếp cận và tiếp xúc với nhau. Tương tự, tránh người chúng ta không thích có thể là do quan niệm cho rằng họ thể hiện mối đe dọa đối với sự tồn tại của chúng ta. Vì thế trong mô hình này sự hấp dẫn và không thích về cơ bản là cân nhắc và đánh giá người khác, để đáp ứng nhu cầu sống còn nguyên thủy, rất cơ bản.

Thuyết đánh giá hấp dẫn của Berscheid hình thành một loại "lý thuyết đối chứng" trong lĩnh vực này: thực ra không mâu thuẫn với các lý thuyết hấp dẫn khác, mà chỉ cung cấp một phát biểu tổng hợp về những gì diễn ra khi chúng ta hấp dẫn đối với người khác. Do đó thuyết có thể xem là cùng phối hợp với các giải thích hấp dẫn khác hơn là đối lập.

Hấp dẫn như củng cố

Một số lý thuyết gia cho rằng sự hấp dẫn liên quan đến **củng cố tích cực** chúng ta có được do kết bạn với người khác (chúng ta khảo sát chi tiết sự củng cố trong Chương 18, nhưng lúc này cũng thích hợp khi xem đó là một phần thưởng). Lott và Lott (1968) tiến hành nghiên cứu trong đó họ quan sát trẻ được giáo viên thưởng có hệ thống hay bị phớt lờ hay trừng phạt. Khi họ trắc nghiệm thái độ của trẻ đối với số trẻ khác cùng lớp, họ nhận thấy trẻ được thưởng nhiều nhất thích bạn cùng lớp nhiều hơn trẻ bị phớt lờ hay bị trừng phạt thích bạn cùng lớp với mình.

Lott và Lott cho rằng chúng ta đi đến việc thích người khác nếu quen với họ luôn kèm theo cảm giác thú vị trong suy nghĩ của mình. Tương tự, nếu một người chúng ta biết liên tục đi kèm với cảm giác khó chịu thì chúng ta sẽ không thích họ. Trẻ được thầy cô thưởng trải qua nhiều sự kiện thú vị khi kết bạn với bạn cùng lớp, vì thế số trẻ này thích bạn cùng lớp nhiều hơn số trẻ khác. Lý do là sự kết hợp: Clore và Byrne (1974) cho rằng nếu chúng ta trải qua sự kiện thú vị khi có mặt của người khác thì chúng ta sẽ kết hợp với người ấy bằng phản ứng xúc cảm tích cực của mình, vì thế có khả năng thích họ nhiều hơn.

Lý thuyết này ngụ ý rằng việc thích tùy vào tình huống và sự kết hợp kèm với con người, quan điểm này có vẻ được một số chứng cứ ủng hộ. Griffith và Veitch (1971) chứng minh rằng những người quen nhau lần đầu tiên trong căn phòng nóng nực, đông người có khả năng không thích nhau bất kể họ có nhân cách giống nhau hay không. Tuy nhiên, nghiên cứu này, như nhiều nghiên cứu sự hấp dẫn khác, tập trung vào sự thu hút ban đầu đối với người lạ – không nghiên cứu những gì xảy ra trong thời gian dài hơn và mối quan hệ dài hạn không tác động theo cách tương tự. Chẳng hạn, có rất nhiều chứng cứ giai thoại cho rằng những người trải qua một kinh nghiệm khó khăn thường dẫn đến kết quả duy trì tình bạn lâu dài cũng như tình đồng chí.

Hấp dẫn như sự giống nhau về nhận thức

Byrne (1971) cho rằng một trong những nguồn hấp dẫn giữa cá nhân với nhau là liệu hai người có thái độ giống nhau hay không. Nếu giống, mỗi bên trong mối quan hệ sẽ nhận được sự củng cố tích cực đối với quan điểm và ý kiến của riêng mình thông qua sự sự nhất trí của bên kia. Byrne và Nelson (1965) lập luận rằng tỉ lệ thái độ giống nhau càng cao thì mức hấp dẫn càng nhiều. Nhưng phải tính đến tỉ lệ, không phải là số lượng thái độ tuyệt đối ở hai người, vì thái độ mâu thuẫn có khả năng dẫn đến sự xung đột giữa cá nhân với nhau, tạo ra kết quả khó chịu, tiêu cực thay vì củng cố mối quan hệ.

Góc độ khác đối với loại tiếp cận này phát xuất từ **thuyết xây dựng cá nhân** (Kelly, 1955). Kelly cho rằng con người hiểu thế giới của mình bằng những xây dựng hay "lý thuyết mini" đặc biệt của riêng mình, hai người khác nhau hiểu cùng sự kiện theo cách khác nhau nếu thế giới xã hội của họ khác nhau (xem Chương 7). Bannister và Fransella (1980) cho rằng chúng ta chọn bạn từ những người có hệ thống xây dựng cá nhân giống với hệ thống của chúng ta. Chúng ta cảm thấy rằng họ vốn "đồng điệu" với mình, vì thế thấy họ hấp dẫn hơn. Chọn tiếp cận này chúng ta nghĩ rằng điều này tác động theo cách giống với sự giống nhau về thái độ.

Rubin (1973) cho rằng sự giống nhau là phần thưởng cho nhiều lý do khác nhau. Nhận được sự nhất trí từ người khác giúp chúng ta tăng thái độ tự tin của chính mình, cũng như tôn thêm lòng tự mãn – nếu có người đồng ý với chúng ta thì chúng ta xem họ là biết nhận thức, thông minh, trái với những người không thừa nhận quan điểm của mình. Sự nhất trí cũng làm chúng ta dễ giao tiếp với người khác hơn, cung cấp nền tảng chung để cùng nhau làm việc, và sự giống nhau cũng là cơ sở ưa mến lẫn nhau, vì hàm ý rằng người khác sẽ thích chúng ta và tán thành cùng vấn đề giống như chúng ta.

Duck (1977) phân biệt rõ ràng giữa hấp dẫn xã hội và hấp dẫn giữa cá nhân với nhau. **Hấp dẫn xã hội** là một vấn đề ngắn hạn, chịu ảnh hưởng mạnh của tư cách thành viên nhóm xã hội, và các yếu tố chẳng hạn như sự giống nhau và tính gần gũi. Trái lại, **hấp dẫn giữa cá nhân với nhau,** trên cơ sở hiểu biết về nhân cách và quan điểm của người khác sâu sắc hơn. Khi lần đầu gặp người khác, theo Duck chúng ta thường có khuynh hướng phản ứng với họ hầu như theo nghĩa tác động của họ đối với chúng ta. Nói cách khác, chúng ta đối xử với họ như những đối tượng kích thích ("anh ấy khiến tôi phải cười"). Nhưng khi hiểu họ rõ hơn, chúng ta đi đến phản ứng xem họ như là con người ("anh ấy là người rất hòa nhã khi tôi biết anh ta"). Theo Duck chính sự hấp dẫn này đối với cá nhân hình thành nền tảng cho mối quan hệ dài hạn.

Một trong những vấn đề trong nghiên cứu sự hấp dẫn truyền thống là nói chung đều tập trung vào cách con người hấp dẫn trước người lạ (xem Khung 14.1). Nhưng sự hấp dẫn đối với người lạ không phải lúc nào cũng là đặc điểm quan trọng trong đời sống của nhiều người, các nghiên cứu mối quan hệ gần đây có khuynh hướng chọn tiêu điểm khác, xét các yếu tố liên quan khi chúng ta hình thành mối quan hệ dài hạn – các loại quan hệ khác nhau như tình bạn, "bạn thân" và tìm hiểu, và cách duy trì mối quan hệ, có thể hồi phục và kết thúc ra sao.

CÁC MỐI QUAN HỆ

Người khác hình thành một bộ phận quan trọng trong kinh nghiệm thường nhật của chúng ta đến mức hầu hết mọi người cho rằng mối quan hệ cá nhân của mình đối với người khác là vấn đề quan trọng nhất trong cuộc sống. Chẳng hạn kinh nghiệm làm bố là kinh nghiệm thay đổi hoàn toàn đời sống của một người, vết thương lòng do mất đi người thân có thể phá vỡ sự ổn định riêng tư trong một khoảng thời gian. Chúng ta thường thấy con người tự định nghĩa mình theo mối quan hệ với người khác, như "Tôi là bố của John" hay "Mình

Khung 14.1 Vấn đề nghiên cứu sự hấp dẫn

Nghiên cứu sự hấp dẫn là một quá trình phức tạp vì nhiều lý do. Một lý do liên quan đến vấn đề đạo đức khi nghiên cứu các mối quan hệ dài hạn: thật dễ tiến hành thí nghiệm để xem điều gì trong một nhóm, chẳng hạn sinh viên năm nhất ở một đại học hấp dẫn với nhau, nhưng nghiên cứu mối quan hệ dài hạn nhưng không nghiên cứu sự xâm phạm đời sống riêng tư của một người hay kiềm chế mối quan hệ hoàn toàn vì mục đích nghiên cứu là việc làm khó hơn nhiều.

Ngoài ra, con người có nhiều loại mối quan hệ khác nhau. Huston và Levinger (1978) cho rằng nghiên cứu sự hấp dẫn chỉ giải quyết một dải rất hạn chế gồm 3 loại mối quan hệ xã hội: cùng độ tuổi, tình bạn cùng giới tính, mối quan hệ yêu đương khác giới và hôn nhân. Các loại mối quan hệ bị loại bỏ (có vẻ như thế sự phê bình gần như thích hợp với ngày nay cũng như vào cuối thập niên 1970) gồm tình bạn khác giới, tình bạn giữa già và trẻ, mối quan hệ tình dục đồng giới, mối quan hệ ngoài hôn nhân, và các mối quan hệ giữa bạn làm chung hay người thân.

Berscheid (1985) cho rằng vấn đề khác trong nghiên cứu sự hấp dẫn thường bao gồm nghiên cứu sự hấp dẫn ở sinh viên Mỹ, vì thế không liên quan đối với những người thuộc các tiểu văn hóa khác, hay nghề nghiệp khác, độ tuổi khác. Cách làm quen của sinh viên đại học và đi đến chuyện thích nhau chắc chắn khác hẳn với cách hai người ly hôn ở độ tuổi 40 quen nhau. Lưu ý những điểm này, chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát một số nghiên cứu yếu tố khác nhau liên quan đến sự hấp dẫn, sau đó là một số lý thuyết hấp dẫn được đề xuất.

là bạn của Susan" khi họ gặp người khác quen với John hay Susan. Phần còn lại của chương này, chúng ta khảo sát một số cách mà các nhà tâm lý học nghiên cứu mối quan hệ chúng ta phát triển với người khác.

LÝ THUYẾT MỐI QUAN HỆ

Tiếp cận ban đầu trong nghiên cứu mối quan hệ thường chấp nhận tiếp cận "kinh tế" – xem mối quan hệ theo nghĩa chi phí và lợi ích, cho rằng chúng ta chỉ tham gia vào mối quan hệ nào giúp chúng ta "có lợi" nhiều nhất. Năm 1959, Thibaut và Kelley đưa ra mô hình 4 giai đoạn của mối quan hệ dài hạn, được mô tả trong Bảng 14.4. Mô hình của họ có khả năng giải thích chẳng hạn tại sao một đời sống xã hội rất hoạt động lại quan trọng đối với hầu hết người trưởng thành và thanh niên như thế, những người phần lớn thuộc giai đoạn 1, trong khi trẻ em lẫn những người ở độ tuổi trung niên có khuynh hướng hài lòng với đời sống xã hội kém hối hả hơn. Giai đoạn 2 cho rằng những yếu tố trong sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau như sự giống nhau về thái độ hay những xây dựng cá nhân trở nên quan trọng vì chúng cung cấp dấu chỉ báo liệu mối quan hệ có đáng giá hay "có lợi" về sau hay không.

Kiesler (1971) cho rằng cam kết làm tăng khả năng của một đôi vợ chồng trong việc dự đoán hành vi của nhau, dẫn đến mức độ hấp dẫn giữa hai người cao hơn. Thibaut và Kelley cho rằng điều này là vì họ nhận thấy suy luận phần thưởng từ người khác dễ hơn khi mỗi người có thể dự đoán người khác có khả năng phản ứng ra sao (giai đoạn 3). Một đôi vợ

Bảng 14.4 Mô hình quan hệ 4 giai đoạn của Thibaut và Kelley

Giai đoạn 1:	**Lấy mẫu** con người tìm hiểu chi phí và phần thưởng khi kết hợp với những người khác nhau theo cách khác nhau, hoặc cố thủ nhiều tình bạn và các mối quan hệ khác nhau, hay bằng cách quan sát người khác trong các mối quan hệ của họ.
Giai đoạn 2:	**Mặc cả** diễn ra ngay từ đầu mối quan hệ, ở hình thức cho và nhận các loại phần thưởng khác nhau, do đó xem liệu mối quan hệ có lợi hay không.
Giai đoạn 3:	**Cam kết** cá nhân giảm số lượng lấy mẫu và mặc cả với người khác, chú ý nhiều hơn đối với chính mối quan hệ.
Giai đoạn 4:	**Thể chế hóa** trong giai đoạn này, đôi vợ chồng "định cư" và thiết lập tiêu chuẩn và mong đợi lẫn nhau.

Nguồn: Thibaut và Kelley, 1959

chồng ở giai đoạn 4 không hẳn sống với nhau hay lấy nhau – mô hình này cũng áp dụng cho việc phát triển tình bạn thân – nhưng có nghĩa rằng đối với đôi vợ chồng không còn nhu cầu kiểm tra sự giống nhau hay mặc cả về những giả định cơ bản trong mối quan hệ nữa (mặc dù, dĩ nhiên, một số mức độ thương lượng luôn diễn ra khi cả hai phát triển về mặt tâm lý trong cuộc sống).

Mô hình của Thibaut và Kelley trên cơ sở **thuyết trao đổi xã hội,** cho rằng con người xem mối quan hệ (và nói chung hành vi xã hội) theo nghĩa một loại "hợp đồng xã hội", mặc cả để có giao dịch tốt nhất. Chúng ta nhận được phần thưởng xã hội để đổi lấy hành động xã hội của mình, chúng ta cố gắng sắp xếp chúng sao cho có phần thưởng tối đa (hay củng cố tích cực) và giảm thiểu hình phạt – nói cách khác, sao cho có càng "nhiều lời" càng tốt. Tiếp cận này cho rằng chúng ta chủ động bước vào các mối quan hệ, và sẽ từ bỏ nếu chi phí lớn hơn phần thưởng chúng ta có được trong mối quan hệ ấy.

Homans (1974) lập luận rằng một trong những củng cố xã hội tác động mạnh nhất có sẵn cho chúng ta là sự tôn trọng hay xã hội tán thành, và chúng ta hấp dẫn những người có thể cung cấp sự tôn trọng này: chúng ta tán thành để đổi lấy một điều gì đó chúng ta xem trọng. Ngoài ra như trong kinh tế học, cung cấp một điều gì đó càng sớm thì điều đó càng có giá trị hơn – còn gọi là **nguyên tắc thỏa mãn** – sao cho chúng ta đánh giá một người cung cấp sự củng cố trong một lĩnh vực trong đó chúng ta cảm thấy không phù hợp nhiều hơn một người củng cố chúng ta trong một lĩnh vực nơi sự tự tin của chúng ta đã ở mức cao. Chẳng hạn: nếu tôi cho rằng việc chơi quần vợt của mình là thích hợp nhưng cảm thấy phải am hiểu nhiều hơn về khả năng đánh cờ, thì tôi sẽ phản ứng tích cực hơn đối với người phê bình góp ý để giúp tôi chơi cờ tốt hơn người khen khả năng quần vợt của tôi.

Theo lý thuyết này, chúng ta hấp dẫn với những người cung cấp cho mình sự củng cố xã hội trong những lĩnh vực không bảo đảm, qua thời gian chúng ta thường cân nhắc mọi mối quan hệ bất kỳ theo nghĩa "chi phí" và "lợi ích". Homans (1961) đề xuất **giả thuyết phân phối công bằng,** cho rằng chúng ta mong đợi phần thưởng mà chúng ta lấy được từ một vấn đề gì đó tỉ lệ với số lượng chi phí chúng ta bỏ ra cho vấn đề ấy. Nếu không, chúng ta giận dữ vì cảm thấy mình "bị lừa". Homans cho rằng điều này giải thích cách sau cùng đổ vỡ của một số mối quan hệ dài hạn.

Thuyết bình đẳng được phát triển chi tiết từ quan điểm phân phối công bằng của Homans. Về cơ bản, thuyết bình đẳng liên quan đến cách mối quan hệ cần được "cân bằng" nếu muốn tồn tại lâu dài. Walster, Walster và Berscheid (1978) tóm tắt thuyết công bằng theo nghĩa 4 nguyên tắc, phác họa trong Bảng 14.5. thuyết ngụ ý rằng đối với mỗi đối tác trong mối quan hệ không nhất thiết hưởng lợi như nhau, miễn là phần thưởng và chi phí khác nhau liên quan đến việc cân bằng giữa hai người.

Nhiều đôi vợ chồng có vẻ phải "nhất trí với sự khác biệt" về những khía cạnh khác nhau trong mối quan hệ. Chẳng hạn, một người luôn đua mô tô vào ngày cuối tuần, mỗi tháng 2 lần trong mùa hè nhưng đổi lại việc này phải được cả hai đồng ý rằng vào ngày cuối tuần khác người ấy phải làm tròn trách nhiệm trong nhà. Sự sắp xếp duy trì sự bình đẳng trong mối quan hệ, có thể là minh họa cho nguyên tắc 2. Phần lớn chúng ta nhận thấy hay có thể từng trải, mối quan hệ bất bình đẳng là nguyên nhân đau khổ (nguyên tắc 3).

Bảng 14.5 Bình đẳng trong mối quan hệ

Nguyên tắc 1	Con người cố gắng tối đa hóa phần thưởng và tối thiểu hóa kinh nghiệm khó chịu trong mối quan hệ.
Nguyên tắc 2	Phần thưởng chia theo nhiều cách khác nhau, một nhóm hay một đôi vợ chồng thỏa thuận cách chia "công bằng".
Nguyên tắc 3	Mối quan hệ bất bình đẳng tạo ra sự đau khổ ở cá nhân, mối quan hệ càng bất bình đẳng thì bên chịu thiệt càng đau khổ hơn.
Nguyên tắc 4	Một số người trong mối quan hệ bất bình đẳng cố phục hồi mối quan hệ trở về trạng thái bình đẳng, mức độ bất bình đẳng càng lớn, nỗ lực phục hồi càng nhiều.

Nguồn: Walster, Walster và Berscheid, 1978

Tương tự, nếu xét nguyên tắc 4, có nhiều trường hợp các đôi vợ chồng có vẻ trong mối quan hệ cực kỳ bất bình đẳng, nhưng điều này khiến cho bên "ngược đãi" phải nỗ lực nhiều nhất để duy trì mối quan hệ ấy. Nhưng điều này chỉ tồn tại với điều kiện cá nhân cảm thấy có một số cơ hội phục hồi sự bình đẳng. Sternberg (1987) mô tả ví dụ một đôi vợ chồng trong đó một người trước đây có dan díu chuyện tình ái. Mỗi lần bất hòa người kia nhắc lại chuyện này cho dù câu chuyện đã kết thúc từ lâu. Sau cùng, người đầu tiên cảm thấy không còn chọn lựa nào khác ngoài việc ra đi vì dù có yêu cầu mấy đi nữa cũng không kết quả , có nghĩa là hoàn toàn không thể phục hồi sự bình đẳng trong mối quan hệ.

Sự giống nhau về nhận thức

Trong khi lý thuyết trao đổi xã hội và bình đẳng cho rằng chúng ta phát triển mối quan hệ của mình trên cơ sở "trao đổi", cũng có những tiếp cận khác tìm hiểu tình bạn ở con người. Duck (1977) cho rằng biến số quan trọng trong mối quan hệ dài hạn là những xây dựng cá nhân ở hai người liên quan giống nhau đến mức nào. Như chúng ta đã biết, chúng ta thường có khuynh hướng lúc đầu hấp dẫn với những người có cùng thái độ và suy nghĩ như chúng ta. Duck lập luận điều này là vì thái độ và suy nghĩ hình thành những gợi ý đáng tin, cho biết hệ thống xây dựng cơ bản của cá nhân là gì.

Khi mối quan hệ phát triển, hai người biết nhau rõ hơn, họ cũng biết nhiều hơn về thế giới quan của người kia, cũng như lý thuyết riêng tư của họ về thế giới và nhân tính. Nếu những điều này giống nhau thì họ nhận thấy dễ tương tác với người kia hơn, vì thế sự hấp dẫn có khả năng biến thành mối quan hệ dài hạn. Vì thế những gì được nhấn mạnh trong mô hình này là cách mà mối quan hệ phát triển như kết quả của sự giống nhau về nhận thức ở hai người.

Duck và Sants (1983) phê bình nhiều nghiên cứu mối quan hệ ban đầu trên cơ sở cho rằng chúng bắt nguồn từ một tập hợp các quan điểm và giả định mô tả mối quan hệ như "tình trạng" – nói cách khác mang tính cố định, tĩnh tại – chứ không phải xem chúng liên tục thay đổi và phát triển. Họ nhận dạng điều này sau khi phát triển từ 4 giả định chung trong các lý thuyết trước đây. Thứ nhất trong những giả định này là quan điểm cho rằng mối quan hệ có thể được xét hoàn toàn theo nghĩa đặc điểm cá nhân của hai người không hề tham khảo bối cảnh xã hội trong đó mối quan hệ phát triển và cách những người trong mối quan hệ hiểu nhau.

Giả định thứ hai mà Duck và Sants không thừa nhận là quan niệm cho rằng điều quan trọng trong mối quan hệ là khả năng xảy ra thực sự hay sự kiện đang xảy ra, chứ không phải cách suy nghĩ hay giải thích về chúng. Duck và Sants nêu rõ điều quan trọng về sự kiện là cách những người liên quan tìm hiểu chúng: chọn một lập trường thuần túy mang tính hành vi và chỉ xét sự kiện không được xem là quan trọng trong thực tế. Chiến lược, kế hoạch, dự định và trí nhớ của con người là yếu tố quyết định trong sự phát triển mối quan hệ, và những yếu tố này thuộc về nhận thức chứ không phải hành vi.

Giả định thứ 3 được Duck và Sants nhận dạng là có vấn đề là quan niệm cho rằng mối quan hệ mang tính riêng biệt, tách rời, có thể nghiên cứu như thể bản thân chúng là một đối tượng. Họ lập luận, mối quan hệ không phải là một đối tượng riêng biệt mà là một điều gì đó nổi bật từ sự tương tác, và suy nghĩ về những tương tác ấy giữa hai người. Xử lý mối quan hệ như thể nó tách biệt với người khác là điều không thực tế. Cũng không thực tế là giả định thứ tư trong các lý thuyết mối quan hệ ban đầu, với quan niệm cho rằng con người hành động giống như người kiểm soát không lưu, xử lý thông tin theo cách hoàn toàn duy lý, khách quan, bình thản, con người là những sinh vật, có trí nhớ, nhận thức và các quá trình nhận thức khác theo cách của con người (xem Phần I sách này), chứ không phải là máy tính cân nhắc chi phí lợi ích khách quan.

Theo Duck và Sants (1983) 4 giả định này có khuynh hướng đánh lạc sự chú ý khỏi các khía cạnh tương tác của mối quan hệ, và tránh xa quan niệm cho rằng mối quan hệ là những quá trình xã hội đang tiếp diễn, thay đổi và phát triển với thời gian. Nghiên cứu gần đây trong lĩnh vực này chấp nhận những giả định khác, nhất là sự thay đổi trong mối quan hệ.

PHÁT TRIỂN MỐI QUAN HỆ

Định nghĩa chính xác thế nào là mối quan hệ không phải là việc dễ làm, vì phần lớn liên quan đến cách con người hiểu điều gì đang diễn ra, và chịu nhiều ảnh hưởng của lịch sử đời tư của chính cá nhân. Hinde (1987) đưa ra 8 khía cạnh áp dụng hữu ích trong việc nghiên cứu nhiều mối quan hệ khác nhau gồm mối quan hệ giữa bố mẹ và con, mối quan hệ giữa người yêu và mối quan hệ giữa bạn bè. Tám khía cạnh được minh họa trong Bảng 14.6.

Một trong những kinh nghiệm thường gặp nhất trong các giai đoạn đầu của mối quan hệ có vẻ là sự lo âu liệu người khác có muốn quan hệ với mình hay không. Duck và Miell (1986) nhận thấy khi được hỏi, những người đang phát triển tình bạn hay tìm hiểu thường có quan điểm cho rằng mối quan hệ tiếp tục hay không tùy vào việc liệu người kia có muốn tiếp nữa hay không. Mặc dù, điều thú vị về vấn đề này là cả hai người trong sự phát triển mối quan hệ như thế thường xem vấn đề

Bảng 14.6 Khuôn khổ mối quan hệ

Nội dung: Loại sự việc hay hành động mà những người tham gia cùng tiến hành.

Sự đa dạng: Số lượng và phạm vi sự việc khác nhau mà người tham gia trong mối quan hệ cùng tiến hành.

Chất lượng: Người tham gia tiến hành tương tác ra sao, chẳng hạn đối với dấu hiệu ở một đứa trẻ.

Tần số theo mẫu/ tương đối: Liệu mối quan hệ có mẫu dễ phân biệt với loại tương tác nó bao gồm hay không – như liệu một số loại tương tác khác nhau trong mối quan hệ là thương yêu đặc biệt hay không.

Tính qua lại/ tính bổ sung: Tương tác qua lại đến mức nào, mỗi người lần lượt đảm nhận hành động giống nhau hay thích hợp hay bổ sung, với mỗi người đảm nhận vai trò khác nhau theo đặc điểm, cũng liên kết với nhau để tạo thành cặp.

Tính thân mật: Mức độ ở đó người tham gia trong mối quan hệ tiết lộ những khía cạnh khác nhau về bản thân cho người khác biết.

Nhận thức giữa cá nhân với nhau: Mỗi người trong mối quan hệ nhìn thấy và hiểu người kia như thế nào.

Cam kết: Mức độ ở đó người tham gia thừa nhận mối quan hệ của mình là tiếp tục vô hạn hay có một số khả năng có thể kết thúc. Tin vào sự cam kết của một bên cũng tính trong khía cạnh này vì điều này hình thành cơ sở tin cậy trong nhiều mối quan hệ.

Nguồn: Hinde, 1987

theo cách này – xem mình kiểm soát được những gì đang diễn ra có nhiều hơn người khác hay không.

Tự giới thiệu

Một phần, điều này có vẻ phát sinh từ sự lo sợ bị người kia từ chối. Một trong những vấn đề mà chúng ta thường làm để giảm thiểu sự từ chối là làm cho bản thân dễ mến càng nhiều càng tốt. Bell và Daly (1984) chứng minh chúng ta thường có khuynh hướng đảm nhận vai trò chủ động trong công việc này bằng cách phô bày "những mặt tốt" như lễ phép, làm cho vẻ ngoài đẹp nhất, thể hiện sự quan tâm đến đời sống của người khác và biểu hiện thông qua những tương tác khác mà người khác hiểu rằng chúng ta đáng tin cậy và đáng giá. Theo Bell và Daly, chính việc thông qua các chiến lược như thế này chúng ta chứng minh cho người khác không những đối với họ chúng ta hấp dẫn mà còn rất đáng giá trong mối quan hệ.

Chúng ta cũng sử dụng nhiều **tín hiệu không bằng lời** gián tiếp, nhất là tiếp xúc bằng mắt và mỉm cười để cho biết chúng ta hấp dẫn đối với một ai đó. Kurth (1970) cho rằng lý do giải thích tại sao tín hiệu không bằng lời vì mục đích này trở nên quan trọng như thế vì nó tránh rủi ro bị từ chối trực tiếp. Hỏi người khác thẳng thừng "bạn có thích tôi không?" có rủi ro sẽ nhận được câu trả lời "không" và điều đó thật khó đối phó. Báo hiệu theo cách gián tiếp thông qua những thông điệp không bằng lời, có nghĩa là chúng ta không đưa ra câu hỏi trực tiếp, do đó không gặp sự từ chối trực tiếp. Chúng ta khảo sát giao tiếp không bằng lời chi tiết hơn trong Chương 15.

Một khi sự quan tâm được thiết lập giữa hai người, họ chuyển sang giai đoạn thu thập thông tin. Đôi khi chúng ta làm điều này trực tiếp bằng cách hỏi người thứ ba về người ấy hay cố tìm hiểu qua trao đổi gián tiếp, nhưng chúng ta cũng cố tìm hiểu nhiều hơn bằng cách phân tích lại kinh nghiệm của chính chúng ta. Duck (1980) lập luận rằng một bộ phận quan trọng trong giai đoạn thu thập thông tin này bao gồm việc nhớ lại những cuộc chuyện trò hay tình tiết, và lập kế hoạch cho tương lai. Theo Duck, điều này giúp chúng ta giảm bớt những sự không chắc chắn về người ấy và làm rõ quan điểm của chúng ta về sự thành công có thể khi có mối quan hệ với người ấy. Mặc dù điều quan trọng cần lưu ý là những đánh giá này trên cơ sở hiểu và phản ánh trong suy nghĩ hơn là cân nhắc khách quan hay vô tư đối với tình huống hay thông tin.

Tự bộc lộ

Một trong những yếu tố quan trọng trong việc phát triển mối quan hệ là **tự bộc lộ:** thông tin cá nhân do mỗi người tiết lộ. Sprecher (1987) nhận thấy chúng ta thường giám sát điều này rất chặt chẽ, cố gắng làm cho lượng thông tin tự bộc lộ phù hợp với sự tự bộc lộ của người khác. Mặc dù, có đôi lúc, mối quan hệ sẽ "dậm chân tại chỗ", có lẽ thông qua một số sự kiện tiết lộ nhiều thông tin cá nhân về một người hơn là người khác biết trước đó. Sau đó người khác sẽ làm cho mức độ tự bộc lộ của mình phù hợp với thông tin tự bộc lộ này, sao cho mối quan hệ phát triển và thân mật hơn. Cơ chế này thêm lần nữa là cơ chế có vẻ áp dụng vào việc phát triển tình bạn cũng như tìm hiểu yêu đương.

Tuy nhiên có những quy ước xã hội và cá nhân về lượng thông tin tự bộc lộ nào là thích hợp khi phát triển mối quan hệ. Knapp (1984) chứng minh rằng trong những thời gian đầu của mối quan hệ, con người thường đề cập những vấn đề khá trung tính: tiết lộ quá nhiều trong thời điểm này có thể làm người khác khó chịu và làm thương tổn mối quan hệ sau này.

Miell và Duck (1986) cũng chứng minh rằng chúng ta thường cẩn thận về lượng thông tin tự bộc lộ khi phát triển mối quan hệ, đầu tiên thường "thả nổi" chủ đề trong khi trò chuyện để xem người ấy phản ứng ra sao, sau đó mới bộc bạch hoàn toàn. Một số chủ đề cũng có tác dụng tiêu cực nếu được đưa ra quá sớm trong thời gian đầu quan hệ. Điều này đặc biệt áp dụng cho việc đề cập tình trạng mối quan hệ hay yêu cầu quá thẳng thắng người khác nên ràng buộc, gắn bó với mối quan hệ. Thay vào đó, chiến lược được xã hội chấp nhận nhiều hơn có vẻ là chỉ nên tiếp cận thật gián tiếp đối với những chủ đề nói chung như thế.

Mối quan hệ phát triển qua các giai đoạn ban đầu ra sao tùy thuộc vào loại quan hệ. Có nhiều yếu tố liên quan đến sự phát triển mối quan hệ thân mật. Trong số này, hai yếu tố quan trọng nhất mà Duck (1988) nhận dạng là thứ nhất, suy nghĩ và mong đợi của cả hai về mối quan hệ, và thứ hai các mẫu hoạt động phối hợp mà cả hai cùng phát triển. Duck cho rằng quan niệm chung xem diễn tiến của mối quan hệ là dấu chỉ báo cảm xúc của hai người đối với nhau thực ra chỉ là một phần nhỏ trong câu chuyện.

DUY TRÌ MỐI QUAN HỆ

Mặc dù, như chúng ta đã biết, có nhiều nghiên cứu về mối quan hệ đầu tiên khởi phát ra sao, nhưng chỉ trong thời gian gần đây các nhà nghiên cứu mới bắt đầu tìm hiểu mối quan hệ được duy trì như thế nào qua thời gian.

Ayres (1983) tập hợp chứng cứ từ một dải rộng những người lớn xem bằng cách nào họ duy trì được mối quan hệ của mình, và nhận thấy chiến thuật mà họ mô tả có thể gom thành 3 nhóm: lảng tránh, cân bằng và thẳng thắn, theo mô tả trong Bảng 14.7. Sử dụng mô hình này, Shea và Pearson (1986) nhận thấy rằng chiến lược mà thành viên trong mỗi cặp vợ chồng chọn để duy trì mối quan hệ đều chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố, gồm dự định và giới tính của cá nhân. Chẳng hạn phụ nữ có vẻ thích sử dụng tính thẳng thắng trong những tình huống người chồng muốn leo thang trong mối quan hệ và họ không quan tâm đến việc làm như thế.

Dindia và Baxter (1987) phỏng vấn từng người trong số 50 cặp vợ chồng về chiến lược họ áp dụng để duy trì mối

Bảng 14.7 Chiến lược duy trì mối quan hệ

Chiến lược lảng tránh: Xảy ra khi một người muốn phát triển mối quan hệ hơn nữa trong khi người khác thì không: người không muốn phát triển mối quan hệ cố duy trì mức độ mối quan hệ như trước đây bằng cách tránh thảo luận tương lai của mối quan hệ.

Chiến lược cân bằng: Thường được chấp nhận khi một người muốn mối quan hệ giảm sút, vì thế ít có cố gắng. Tuy nhiên, như chúng ta đã biết trước đây, điều này thường làm cho người khác cố gắng lấy lại sự cân bằng chẳng hạn bằng cách có hành động thiên vị. *Tính thẳng thắn:* Thường bao gồm việc trò chuyện về mối quan hệ và thể hiện mong muốn duy trì.

Nguồn: Ayres, 1983

quan hệ. Các đôi vợ chồng nhận dạng 49 chiến lược khác nhau, từ việc "nói chuyện về ngày kỷ niệm" cho đến việc khen ngợi lẫn nhau, "cùng nhau hồi tưởng" và "dành thời gian cho bạn bè". Điều đáng lưu ý là chiến lược mà họ sử dụng để duy trì mối quan hệ thường nhấn mạnh đến hoạt động và tiếp xúc chung, trong khi chiến lược họ đưa ra để phục hồi mối quan hệ một khi mối quan hệ gặp khủng hoảng thường tập trung nhiều vào chính mối quan hệ, như "bàn về vấn đề" hay "tối hậu thư".

Dindia và Baxter cũng nhận thấy rằng các cặp vợ chồng lấy nhau một thời gian dài thường chấp nhận một vài chiến lược duy trì ít hơn những người có mối quan hệ kéo dài trong thời gian ngắn hơn. một giải thích có thể cho điều này là mối quan hệ của họ hoàn toàn không cần phải có nhiều nỗ lực tích cực, vì cả hai đều hiểu nhau khá rõ hay vì mối quan hệ có đà và cứ duy trì do tác động của thói quen.

Tuy nhiên, một giải thích khác có thể là các cặp vợ chồng lấy nhau lâu hơn không để ý đến các khía cạnh trong mối quan hệ giúp họ gắn bó với nhau vì chúng trở nên quá quen thuộc. Các đôi vợ chồng khắng khít thường đánh giá thấp tầm quan trọng của những chuyện linh tinh trong sinh hoạt hàng ngày trong việc duy trì mối quan hệ. Như Morgan (1986) đã nêu, thường chỉ khi nào mối quan hệ thực sự gãy đổ người ta mới bắt đầu để ý số lượng tương tác nhỏ nhặt, thường được bỏ qua ở người bạn đời diễn ra từ ngày này sang ngày khác, thường quan tâm đến những việc không quan trọng chút nào. Mặc dù hầu như có thể nhận biết nhưng những sự việc nhỏ nhặt này lại đóng vai trò quan trọng trong việc duy trì mối quan hệ, nếu chúng làm cho cả hai thỏa mãn. Do đó, chúng đóng góp đáng kể cho đến giờ phút cuối khi họ kém tích cực hơn.

Một trong những yếu tố khác trong việc duy trì mối quan hệ phát xuất từ bối cảnh xã hội và hệ thống xã hội. Hagestad và Smyer (1982) chứng minh **vai trò xã hội** liên quan đến mối quan hệ có thể trở thành tác động đáng kể trong việc duy trì chính mối quan hệ. Bạn bè và người thân có những mong đợi về mối quan hệ, xã hội sử dụng mong đợi và áp lực xã hội đối với cặp vợ chồng, khác với mong đợi và áp lực xã hội đối với người độc thân. Một cặp vợ chồng có mối quan hệ đang gãy đổ không cho bạn bè biết cho đến khi sự việc vỡ lở: kể cho bạn bè với lời tuyên bố chính thức kết thúc mối quan hệ thường là một quá trình đau khổ.

Tình bạn

Rose và Serafica (1986), trong một khảo sát suy nghĩ về việc duy trì mối quan hệ, nhận thấy rằng các loại mối quan hệ khác nhau bao gồm sự khác nhau rất đáng kể. Đặc biệt, họ nhận thấy tình bạn thân nhất được nghĩ sẽ kéo dài trong đó hai bên không phải nỗ lực nhiều để duy trì, trong khi người khác nghĩ rằng phải nỗ lực nhiều hơn để duy trì những loại tình bạn thân mật khác và trong hôn nhân hay những quan hệ đối tác thân mật tương tự.

Một trong những khiếm khuyết của loại hình nghiên cứu này là chỉ đánh giá con người nghĩ rằng mình nên làm gì – và những gì họ làm trong thực tế đều khác hẳn. Trong Chương 15, chúng ta khảo sát suy nghĩ xã hội chung gọi là **mô tả xã hội** ảnh hưởng đến cách nhìn sự việc của chúng ta. Thường có những suy nghĩ được chấp nhận "phải" có mối quan hệ ra sao, và có thể lời đáp được cung cấp khi khảo sát phản ánh những suy nghĩ này hơn là mô tả con người có hành động thế nào trong thực tế.

Cũng có thể trong các nghiên cứu khảo sát loại này cho thấy con người chỉ mô tả những nỗ lực mà họ thực sự để ý đến chứ không phải những sự việc họ làm do thói quen. Như chúng ta đã biết, con người dễ bỏ qua tầm quan trọng của những vấn đề nhỏ nhặt, thông thường trong việc duy trì mối quan hệ, điều này cũng xảy ra trong tình bạn cũng như các cặp vợ chồng. Chẳng hạn, "bạn thân nhất" thường sử dụng một loại ngôn ngữ rất súc tích khi giao tiếp, bao hàm sự ám chỉ hiểu biết chung diễn đạt theo nghĩa ngắn gọn. Vì thế mỗi lần họ tương tác, cho dù rất ngắn ngủi hay trao đổi với nhau không nhiều nhưng họ đã tái khẳng định hiểu biết chung và kinh nghiệm chung cả hai đang phát triển. Vì thế, sử dụng loại ngôn ngữ ấy là một hành vi duy trì mối quan hệ trong tiềm thức: ngay cả khi không gặp nhau thường xuyên thì chất lượng và ý nghĩa riêng tư của sự tương tác vẫn rất cao, dùng để duy trì mối quan hệ.

Tình bạn cũng bao gồm một số lượng **nghĩa vụ lẫn nhau** đối với người khác. Argyle và Henderson (1984) chứng minh rằng mặc dù những cách trong đó tình bạn biểu hiện khác nhau ở mỗi nền văn hóa nhưng có một số mong đợi về tình bạn dường như áp dụng cho hầu hết xã hội loài người. Argyle và Henderson nhận dạng 6 trong số những mong đợi này, liệt kê trong Bảng 14.8. Họ nhận xét mặc dù chỉ đơn thuần trung thành với những nguyên tắc này chưa hẳn là hoàn toàn thích hợp để duy trì tình bạn thân, vi phạm một hai nguyên tắc này chắc chắn là sự vi phạm tồn hại. Chúng có vẻ là nền tảng thiết yếu cho tình bạn thân trong mọi văn hóa con người bất kỳ.

Bảng 14.8 "Nguyên tắc" tình bạn

Nguyên tắc 1	Ủng hộ người khác khi họ vắng mặt.
Nguyên tắc 2	Chia sẻ tin tức thành công với người khác
Nguyên tắc 3	Thể hiện sự ủng hộ cảm xúc đối với người khác.
Nguyên tắc 4	Tin cậy và tự tin lẫn nhau.
Nguyên tắc 5	Tình nguyện giúp đỡ lúc cần.
Nguyên tắc 6	Cố gắng làm người khác vui khi kết bạn với nhau

Nguồn: Argyle và Henderson, 1984

Hệ thống hỗ trợ

Argyle và Henderson (1984) báo cáo một loạt các nghiên cứu mối quan hệ xã hội dài hạn chẳng hạn như tình bạn. Họ nhận thấy những mối quan hệ này có vẻ cung cấp nhiều lợi ích cho những người liên quan. Chẳng hạn, một trong những chứng cứ của họ là những người có hệ thống xã hội hỗ trợ, vững chắc thường có sức khỏe tốt hơn những người không có. Brown và Harris (1976), trong nghiên cứu về nguồn gốc xã hội của bệnh trầm cảm cũng nhận thấy sự hỗ trợ xã hội mạnh ở gia đình cũng làm thuyên giảm hay giảm bớt nhiều hậu quả của các sự kiện căng thẳng trong đời sống, có vẻ khi có hệ thống hỗ trợ tốt thường giúp con người chống lại căng thẳng.

Một trong những cách để có hệ thống hỗ trợ có thể là vì hệ thống này giúp con người nói về những trở ngại của mình cho người khác biết hơn là cứ giữ "kín như bưng". Tuy nhiên, Wellman (1985) chứng minh rằng mặc dù nói về trở ngại đôi lúc cũng có ích nhưng đôi lúc có thể làm vấn đề xấu hơn, có tác dụng "đệm tiêu cực". Trong một nghiên cứu, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu nói chuyện với người khác trong 10 phút về vấn đề buồn chán nhất họ đã gặp mới đây. Nhóm kiểm soát được yêu cầu suy nghĩ vấn đề này cũng trong 10 phút. Nhóm nói chuyện với người khác thể hiện sự thay đổi tâm trạng tiêu cực hơn những người được yêu cầu chỉ nghĩ về nó, cho thấy nói chuyện đơn thuần không phải là điều quan trọng nhất.

Phần lớn tác dụng tích cực của việc "nói về trở ngại" có vẻ phụ thuộc vào những gì diễn ra trong chính cuộc trò chuyện. Như chúng ta đã biết trong Chương 9, tâm lý liệu pháp nhận thức quan tâm đến việc khuyến khích con người có những quy kết tích cực hơn đối với tình huống của mình, giúp họ tìm cách làm giảm tác dụng xấu và tối đa hóa sự kiểm soát của chính họ đối với vấn đề. Điều này cũng thường diễn ra qua trao đổi với bạn bè, chính sự trao đổi này có tác dụng tích cực, giảm bớt căng thẳng. Không phải chỉ có nói chuyện không thôi mà còn là **sự tương tác** giữa hai người dẫn đến tác dụng: quan điểm của người bạn giúp một người nhận xét sự việc khác hẳn. Chỉ nói không làm cho sự việc thêm xấu nếu kết thúc bằng sự khẳng định quan điểm tiêu cực hơn là giúp cá nhân đánh giá lại tình huống của mình.

Các loại mối quan hệ khác cũng cung cấp những nguồn hỗ trợ xã hội quan trọng. Argyle (1990) cho rằng các mối quan hệ chúng ta hình thành với người khác ở nơi làm việc có ý nghĩa quan trọng hơn chúng ta thường nghĩ. Theo Argyle, có nhiều đặc điểm trong tình bạn nơi làm việc biểu hiện sự lành mạnh về tâm lý, bao gồm làm trò hề và chọc ghẹo, phối hợp trong những nhiệm vụ thông thường. Thật không may lĩnh vực này gần đây chưa được nghiên cứu tâm lý nhiều mặc dù tính chất lâu dài, cấu trúc cao của mối quan hệ nơi làm việc cho thấy chúng hoàn toàn đặc biệt trong nhiều khía cạnh.

KẾT THÚC MỐI QUAN HỆ

Dĩ nhiên mối quan hệ không giữ nguyên không đổi: chúng phát triển và thay đổi theo thời gian, những gì tạo nên mối quan hệ thỏa mãn cao có lúc không thỏa mãn đối với một hay cả hai người. Rusbult (1987) nghiên cứu cách giải quyết sự bất mãn trong mối quan hệ của các cặp vợ chồng, và nhận thấy loại hành vi mà họ báo cáo có thể phân thành 4 nhóm, mô tả trong Bảng 14.9.

Kết thúc mối quan hệ thân mật thường là một trong những cảm giác đau khổ nhất trong đời sống con người. Đương nhiên, nghiên cứu lĩnh vực này thường tập trung vào "những gì sai lầm" và thường tập trung nhận dạng các yếu tố dân số hay xã hội trong những cuộc hôn nhân bấp bênh. Chẳng hạn, Bentler và Newcomb (1978) chứng minh rằng hôn nhân giữa những người trẻ tuổi ít có khả

Bảng 14.9 Giải quyết sự bất mãn trong mối quan hệ

Chiến lược lối thoát: Bao gồm việc thoát khỏi mối quan hệ hay ít nhất cũng nghĩ đến chuyện ấy bằng cách suy nghĩ và nói chuyện về việc từ bỏ.

Chiến lược lời nói: Bao gồm bàn bạc vấn đề và thảo luận trở ngại.

Trung thành: Chờ đợi cho sự việc tốt hơn với hi vọng chính mình sẽ phân loại được đúng lúc

Phớt lờ: Phản ứng với sự bất mãn bằng cách không làm gì cả để cải thiện vấn đề, cứ để mối quan hệ tan rã.

Nguồn: Rusbult, 1987

năng tồn tại lâu hơn những người lớn tuổi, Jaffe và Kanter (1979) chứng minh rằng nếu con người phát xuất từ những nền tảng khác hẳn nhau thì hôn nhân của họ ít có khả năng kéo dài hơn những người có cùng nền tảng tương tự.

Tuy nhiên loại nghiên cứu này trong khi minh họa xu thế chung thì thực ra không hữu ích nhiều lắm trong việc tìm hiểu những gì xảy ra giữa các cá nhân cụ thể. Nghiên cứu tâm lý học khác khảo sát yếu tố xã hội và giữa cá nhân với nhau có vẻ liên quan đến mối quan hệ đang tan rã, và nghiên cứu này có thể có nhiều giá trị hơn trong việc tìm hiểu sự tan rã xảy ra thế nào.

Noller (1985) chứng minh rằng các cặp vợ chồng trong mối quan hệ đang đi đến chỗ tan rã thường có những mẫu giao tiếp chia rẽ. Họ ít nhạy cảm hơn đối với tín hiệu không bằng lời ở người khác, và thường bước vào "vòng tiêu cực" trong đó mỗi người phàn nàn về người khác cho rằng không chú ý đến những quan tâm của mình. Thay vì cố gắng giải quyết vấn đề bằng cách hòa giải hay thảo luận, cả hai cứ hậm hực với nhau, kết quả khó khăn ngày càng nhiều, thường xuyên.

Phá vỡ nguyên tắc

Nguyên tắc mà Argyle và Henderson nhận dạng có thể áp dụng vào tình bạn thân cũng như các mối quan hệ mật thiết. Đôi lúc, mối quan hệ bị gãy đổ vì một bên không tôn trọng nguyên tắc nữa, chẳng hạn không còn trung thành với người khác. Điều này báo hiệu rằng mối quan hệ không quan trọng nên họ không tuân thủ những nguyên tắc này, vì thế cho người khác biết rằng việc cố gắng duy trì mối quan hệ không phải là điều quan trọng. Argyle và Henderson nhận thấy việc phá vỡ những nguyên tắc này được xem là nguyên nhân rất quan trọng dẫn đến việc gãy đổ mối quan hệ. Trong trường hợp các cặp vợ chồng, nguyên tắc thường bị phá vỡ nhiều nhất là nguyên tắc thân mật và hỗ trợ: các bên cảm thấy rằng người khác không tin cậy được hay không đáng tin hay không hỗ trợ cảm xúc khi cần.

Miller, Mogeau và Sleight (1986) nghiên cứu sự căng thẳng trong mối quan hệ do **đánh lừa** hay nói dối gây ra. Họ nhận thấy các mối quan hệ thay đổi đáng kể nếu một bên bị phát hiện là đánh lừa bên kia về một vấn đề quan trọng. Sự thay đổi này thường báo hiệu bắt đầu một quá trình kết thúc bằng sự tan rã mối quan hệ. Thật thú vị, Comadena (1982) nhận thấy rằng những người có mối quan hệ mật thiết thường ít có khả năng cho biết khi nào bạn mình nói dối hơn những người trong mối quan hệ mới phát triển, bất chấp việc họ thường nghĩ rằng mình lúc nào cũng biết. Duck (1988) cho rằng điều này có thể là do mối quan hệ được thiết lập đã trở nên chắc chắn, trên cơ sở tin cậy lẫn nhau được hình thành dần qua thời gian. Vì điều này, hai người không còn nghĩ người khác đánh lừa mình. Trái lại khi đang hình thành các mối quan hệ mới hơn, chúng ta cảm thấy rằng mình vẫn đang tìm hiểu người khác, một phần để bảo vệ cho mình và nhận biết có thể họ nói dối đối với chúng ta.

Baxter (1986) nhận dạng những đổ vỡ mối quan hệ dài hạn phát xuất từ những mong đợi không được đáp ứng. Nói chung có 8 mong đợi mà Baxter nhận thấy khi phân tích lời giải thích của các bên khi mối quan hệ của họ kết thúc. 8 mong đợi liệt kê trong Bảng 14.10, trong bảng này chúng ta nhận thấy một số mong đợi, nhất là mong đợi sau cùng dường như không thực tế: có thể cho rằng mong đợi cuối cùng trực tiếp phát xuất từ mô tả "mối quan hệ lý tưởng" của giới truyền thông chứ không phải từ cuộc đời thực. Cũng có thể là đặc trưng văn hóa ở chỗ không phải mọi văn hóa đều nhận xét mối quan hệ mật thiết giống như văn hóa phương Tây.

Bảng 14.10 Mong đợi về mối quan hệ thân mật

1. Mỗi người mong đợi một lượng tự chủ nhất định.
2. Mỗi người tìm thấy sự giống nhau giữa hai người có cơ sở hợp lý.
3. Mỗi người nên hỗ trợ lòng tự trọng và cảm xúc của người khác.
4. Mỗi người nên thành thật và trung thành.
5. Hai người nên chân tình, thẳng thắn với nhau.
6. Mỗi người nên dành thời gian cho nhau.
7. Giữa hai người phải cùng nỗ lực và chia sẻ tài nguyên như nhau.
8. Nên có một số "tính chất mầu nhiệm" trong mối quan hệ.

Nguồn: Baxter, 1986

Vấn đề khác có thể là không phân biệt giữa "tình yêu" và "sự mê đắm". Chúng ta khảo sát điều này trong cuối chương nhưng do đó có sự khác biệt lớn giữa loại sự mê đắm ám ảnh mà chúng ta gọi là "tình yêu" nhưng giới nghiên cứu bắt đầu gọi là "sự mê đắm", và loại gần gũi mật thiết dài hạn chúng ta cũng gọi là "tình yêu". Nhầm lẫn hai khái niệm này dẫn đến sự thất vọng và nhận thức rằng mong đợi không được đáp ứng trong các mối quan hệ dài hạn.

Tính mới lạ

Duck và Miell (1986) nhận thấy một loạt các lý do khác giải thích tại sao mối quan hệ gãy đổ là vì không còn cung cấp sự khuyến khích đối với người khác. Chúng ta thường xem các mối quan hệ mới như một nguồn mới lạ và những tư tưởng mới về thế giới nói chung, kết quả tất yếu là mối quan hệ hiện hữu không còn tạo ra sự hứng thú đối với người khác – hay ít nhất nếu so sánh có vẻ không thú vị. Duck và Miell nhận thấy nhiều người tham gia nghiên cứu mà họ phỏng vấn khi khảo sát sự tìm hiểu cho thấy rằng "chuyện không đi đến đâu" đối với lý do gãy đổ. Chúng ta nghĩ những mối quan hệ ấy phải phát triển và thân mật hơn, thỏa mãn hơn khi thời gian trôi qua; nếu không chúng ta phải bào chữa khi kết thúc mối quan hệ. Vì sự tìm hiểu mô tả một loại thời kỳ "thử nghiệm" trước khi ràng buộc lâu dài hơn, gắn bó hơn, xem mối quan hệ là tĩnh tại có thể được cho là lý do thích hợp để kết thúc nó.

Tình huống vật lý chẳng hạn như xa cách có thể làm cho mối quan hệ khó duy trì mặc dù không phải lúc nào điều này cũng đúng. Shaver, Furman và Burmester (1985) chứng minh rằng 46% tình cảm quyến luyến trước khi vào đại học bị gãy đổ khi một người ra trường. Tuy nhiên dựa vào độ tuổi chung của sinh viên, số lượng tan rã và thực tế phần lớn đời sống đại học thường tập trung vào việc hình thành tình bạn và mối quan hệ mới, có thể trong nghiên cứu này điều đáng chú ý hơn là 54% những người không gãy đổ hơn là 46% những người gãy đổ!

Rose và Serafica (1986) yêu cầu người tham gia nghiên cứu báo cáo tại sao mối quan hệ của chính mình bị gãy đổ và cũng đề cập lý do tại sao các mối quan hệ theo giả thuyết thường có khuynh hướng bất thành. Họ nhận thấy cả hai đều có sự tập trung chú ý hoàn toàn khác nhau. Khi con người suy đoán về việc kết thúc mối quan hệ theo giả thuyết, họ nhận thấy khoảng cách hay thiếu nỗ lực là nguyên nhân. Khi mô tả sự gãy đổ của mối quan hệ thực sự mà họ đã trải qua thì nhận thấy có những cản trở từ mối quan hệ khác và tình cảm sút giảm dần dần là nguyên nhân. Thêm một lần nữa, suy nghĩ xã hội về những gì chắc chắn hay những gì "nên" diễn ra có thể ảnh hưởng đến quan điểm của cá nhân – mặc dù khó phát biểu rằng từ cách giải thích hồi tưởng theo loại này có phải là giải thích chính xác sự gãy đổ hay không. Duck và Sants (1983) nhận thấy con người thường có xu hướng điều chỉnh trí nhớ về sự gãy đổ mối quan hệ của mình cho đến khi họ làm cho mình phù hợp với kinh nghiệm cảm xúc, do đó câu chuyện hồi tưởng những gì đã diễn ra không hẳn là giải thích vô tư, không mang thành kiến.

Các quá trình trong gãy đổ mối quan hệ

Chúng ta có thể thấy nhiều yếu tố khác nhau góp phần làm gãy đổ mối quan hệ. Duck (1988) mô tả một mô hình quá trình trong đó gãy đổ mối quan hệ được xem là diễn ra qua các giai đoạn khác nhau nhưng liên kết với nhau (Bảng 14.11), mỗi giai đoạn bao gồm tư tưởng và hành động đặc trưng.

Trong mô hình của Duck, giai đoạn thứ nhất là giai đoạn bất mãn đối với mối quan hệ, thường bắt đầu ở thời điểm khi một người nghĩ rằng họ không thể duy trì mối quan hệ lâu hơn nữa. Từ thời điểm đó, họ bắt đầu để ý từng chút hành vi của người kia, đánh giá phí tổn và lợi ích của việc duy trì hay từ bỏ mối quan hệ ấy, giai đoạn này gọi là **giai đoạn nội tâm thần,** vì nó diễn ra trong suy nghĩ, và không biểu hiện thành hành vi công khai.

Bảng 14.11 Các giai đoạn mối quan hệ gãy đổ

Giai đoạn nội tâm thần: Một người bất mãn và đặt nghi vấn giá trị của mối quan hệ.

Giai đoạn bộ đôi: Liên quan đến người khác, hai người diễn đạt sự không chắc chắn hay chần chừ về việc gãy đổ.

Giai đoạn xã hội: Ngụ ý xã hội và thực tế của sự thay đổi được trình bày, báo cho bạn thân biết.

Giai đoạn mặc áo tang: Mối quan hệ kết thúc, cả hai phát triển giải thích của riêng mình về câu chuyện gãy đổ.

Nguồn: Duck, 1988

Nếu cá nhân kết luận rằng khi từ bỏ mối quan hệ là việc làm đúng thì họ bước vào giai đoạn hai mà Duck gọi là **giai đoạn bộ đôi,** lúc này liên quan đến người khác: cá nhân phải quyết định liệu có đối đầu với người khác hay tránh gặp họ, liệu có cố gắng phục hồi hay hòa giải hay từ bỏ. Tìm hiểu tính chất công việc có thể là một cú sốc đối với người khác, vào thời điểm này đôi vợ chồng dao động hay thể hiện sự lưỡng lự có chia tay hay không. Họ cũng quyết định cố bàn bạc lại theo một số cách hay đi đến mâu thuẫn công khai với nhau. Nếu vấn đề phát triển đến mức sự phục hồi hay hòa giải là không thực tế hay không đáng thì cặp vợ chồng bước vào giai đoạn thứ 3.

Giai đoạn 3 trong mô hình quá trình của Duck gọi là **giai đoạn xã hội,** vì liên quan đến việc trình bày ngụ ý thay đổi cho xã hội biết. Ở thời điểm này, kể cho bạn bè nghe, có nghĩa là cặp vợ chồng cần trình bày công khai những giải thích gãy đổ có thể chấp nhận. Cần phải đối mặt với tác động của tin gãy đổ h bạn và hệ thống xã hội, trong một số giới, người lớn tuổi trong gia đình hay tôn giáo sẽ can thiệp với cố gắng thúc đẩy sự hòa giải.

Tuy nhiên, ở một thời điểm nào đó, gãy đổ không thể tránh được, trong trường hợp này cặp vợ chồng chuyển sang giai đoạn thứ tư, Duck gọi giai đoạn này là **giai đoạn mặc áo tang:** hai người tập trung vào việc bác bỏ những căng thẳng cảm xúc hay đau khổ, kể cho bạn bè và gia đình nghe phiên bản câu chuyện gãy đổ của mình, và thành lập cơ sở tiếp tục tình bạn bất kỳ với người khác bất chấp sự gãy đổ trong mối quan hệ.

Chúng ta có thể nhìn thấy nghiên cứu gần đây về mối quan hệ thường tập trung nhiều vào các yếu tố nhận thức và xã hội liên quan, và xem mối quan hệ như các quá trình luôn thay đổi, động hơn là những trạng thái cố định. Mặc dù trong lĩnh vực này vẫn còn nhiều điều cần nghiên cứu, nhấn mạnh mới có vẻ cho chúng ta cơ hội nghiên cứu chi tiết hơn tại sao con người có hành động như thế, mối quan hệ thỏa mãn hay gây bất mãn đến mức nào và áp lực, ảnh hưởng xã hội ảnh hưởng đến sự gãy đổ ra sao.

YÊU THƯƠNG VÀ CÔ ĐỘC

Một trong những khía cạnh quan trọng nhất của các mối quan hệ mật thiết đối với hầu hết mọi người là cảm xúc tác động mạnh – dù có hay không. Mặc dù nhiều nhà nghiên cứu các khía cạnh khác nhau trong mối quan hệ thường có khuynh hướng tránh giải quyết khía cạnh cảm xúc, nhưng có nhiều nghiên cứu tâm lý học về cảm xúc yêu thương cũng như cảm xúc cô độc.

TÌNH YÊU

Một số nhà tâm lý học xem tình yêu hoàn toàn là một minh họa cực đoan của sự hấp dẫn hay ưa mến mà chúng ta đã khảo sát ở đầu chương này. Họ cho rằng tình yêu dựa trên các cơ chế tâm lý tương tự nhưng có lẽ với cường độ mạnh hơn. Mặc dù các nhà nghiên cứu khác xem tình yêu khác với ưa mến về chất, ở đây chúng ta nghiên cứu một số lý thuyết của họ.

Đối với Freud (1901), tất cả cảm xúc tích cực về cơ bản là những thể hiện của xu thế tình dục khẳng định sức sống mà ông gọi là **dục tình.** Ông xem tình yêu là một phiên bản thăng hoa đặc biệt trong đó xu thế tình dục được định hướng thành hình thức được xã hội chấp nhận. Đối với Freud, tình yêu lãng mạn gồm sự phòng thủ tâm lý và chuyển biến tâm lý: chẳng hạn như sự chuyển tình cảm của một thiếu nữ dành cho bố mình sang chồng mình, hay cố gắng của người chồng cố tìm lại hình ảnh của người mẹ vốn là đối tượng tình cảm khi anh ta còn nhỏ ở người vợ nuôi dưỡng, chăm sóc mình.

Maslow (1954) phân biệt giữa hai loại tình yêu: **tình yêu – D,** tượng trưng cho "tình yêu thiếu hụt", và **tình yêu – B,** tượng trưng cho "sự đang yêu". Tình yêu - D, theo Maslow, bắt nguồn từ nhu cầu bảo đảm và thuộc về không được thỏa mãn ở cá nhân, là loại tình yêu trong đó cá nhân tìm kiếm ở người khác để bổ sung cho chính mình. Maslow xem loại tình yêu này sau cùng mang tính phá hoại theo nghĩa mối quan hệ hình thành trên mức độ lệ thuộc sẽ không thể thích nghi với việc con người thay đổi và trưởng thành qua thời gian, và cũng vì người lệ thuộc bị ràng buộc, thất vọng trong một số phương diện, khi họ nhận thấy tình nhân của mình xét cho cùng chỉ là con người. Trái lại, tình yêu - B là một loại tình yêu ổn định hơn, trong đó hai người về cơ bản được cân bằng, độc lập và đảm bảo an toàn, tất cả nhu cầu tâm lý của họ phần lớn được thỏa mãn. Vì thế họ tôn trọng và thích thú khi kết bạn với nhau.

Sự mê đắm

Một trong những vấn đề xuất hiện rất nhanh bất cứ khi nào chúng ta bắt đầu bàn chuyện tình yêu là chúng ta thường dùng một từ để ám chỉ nhiều trạng thái khác hẳn nhau. Loại tình yêu được hai người chia sẻ trong cuộc hôn nhân ổn định, lâu dài khác hẳn với loại tình yêu trong đó hai người chỉ vừa quen nhau và hoàn toàn mê đắm lẫn nhau. Thêm một lần nữa tình yêu này khác với tình yêu của đôi vợ chồng trẻ chỉ chung sống với nhau khoảng 3, 4 năm. Tennov (1979) sử dụng từ **sự mê đắm** để ám chỉ loại đam mê say đắm, vô cùng hấp dẫn – loại tình yêu mà Dante dành cho Beatrice hay Juliet và Romeo dành cho nhau.

Tennov cho rằng một đặc điểm quan trọng trong sự mê đắm là không được đáp lại hay ít nhất không thực hiện được, bao gồm một trạng thái khao khát, nhớ nhung, mong mỏi người khác mãnh liệt, cá nhân bị hình ảnh người ấy ám ảnh và dành phần lớn thời gian để tưởng tượng về người ấy. Tâm trạng mê đắm thường bao gồm việc sử dụng biểu tượng quy ước như ảnh chụp hay món quà nhỏ như là tâm điểm suy nghĩ của cá nhân về người khác. Tennov cho rằng sự mê đắm chỉ thực sự tồn tại nếu những điều kiện bên ngoài chưa thực hiện được: không phải là điều bất thường đối với những người duy trì tâm trạng mê đắm về người khác trong nhiều năm không thể tiếp cận được, nhưng nếu cá nhân được mong muốn nằm trong tầm với thì mối quan hệ mong muốn bắt đầu, sự mê đắm tan biến, sự hấp dẫn đôi khi cũng tan biến rất nhanh.

Trong một chừng mực nào đó, theo Tennov sự mê đắm chỉ tồn tại với sự củng cố thỉnh thoảng hay gián đoạn, chính tính cách mục tiêu không thể đạt được mới tạo ra cảm xúc mạnh như thế. Điều này cung cấp cho chúng ta lời giải thích tại sao câu chuyện yêu đương ở trẻ vị thành niên bị bố mẹ ngăn cấm hay cản trở thường phát triển mãnh liệt hơn. Vì bố mẹ gây cản trở trong mối quan hệ nên sự mê đắm phát triển, và khuynh hướng thần tượng hóa đối tượng gia tăng. Vì cả hai bị hạn chế chuyện gặp nhau nên thường chỉ để ý "những điểm tốt" thần tượng hóa đối với nhau: khi gặp nhau thường xuyên hơn, cả hai nhanh chóng nhàm chán và bắt đầu nhận thấy họ không thích lẫn nhau.

Lee (1976) cho rằng có nhiều cách khác nhau hay "sắc màu" tình yêu, mô tả trong Bảng 14.12. Lee nhấn mạnh rằng cùng một người có thể chấp nhận một cách khác nhau tùy theo mối quan hệ của họ, và kiểu quan hệ thay đổi qua thời gian. Nhưng nếu hai người chấp nhận những kiểu khác hẳn nhau trong cùng mối quan hệ thì hoàn toàn dễ có khả năng hiểu lầm nghiêm trọng.

Bảng 14.12 Sắc màu tình yêu

Eros (tình dục): Đây là nơi một người tìm kiếm bạn phù hợp với hình ảnh cơ thể lý tưởng – họ có suy nghĩ rõ ràng về loại tình nhân mình đang tìm kiếm và tìm kiếm người nào phù hợp với hình ảnh lý tưởng ấy.

Ludus (tiêu khiển): Đây là hình thức tình yêu giống như trò chơi, trong đó mối quan hệ được xem là nguồn vui thú không cần phải ràng buộc.

Storge (tình bạn): Đây là dạng tình yêu trên cơ sở suy nghĩ về tình bạn dần dần gia tăng về tính thân mật, tình cảm và tình bạn bè.

Mania (đam mê): Đây là loại tình yêu cảm xúc rất mãnh liệt trong đó người liên quan thường rất ám ảnh và ganh tị với người khác.

Agape (vị tha): Đây là loại tình yêu vị tha, trong đó cá nhân yêu người khác nhưng không có suy nghĩ được đáp lại: họ trao tất cả, nhận lại thật ít.

Pragma (thực dụng): Đây là kiểu yêu thực dụng trong đó thông tin khách quan như nghề nghiệp hay vị trí của người khác được xem là quan trọng giống như cảm xúc.

Nguồn: Lee, 1976

Hendrick và Hendrick (1988) cho rằng thật hợp lý khi nghĩ rằng những người "đang yêu" có thái độ khác về tình yêu, khác với những người không đang yêu. Sử dụng phân loại "sắc màu tình yêu" của Lee, họ hỏi 789 người tham gia nghiên cứu về thái độ khi đang yêu. Khoảng 63% số người tham gia nghiên cứu trả lời dứt khoát trước câu hỏi "hiện bạn có đang yêu hay không?", Hendrick và Hendrick nhận thấy những người này quan tâm đến khía cạnh tình dục và vị tha nhiều hơn, quan tâm đến khía cạnh tiêu khiển ít hơn những người tham gia nghiên cứu không đang yêu.

Nói chung, những người "đang yêu" có tiếp cận vị tha hơn đối với bạn mình, và tin chắc rằng hiện tượng như thế là sự đồng cảm tình dục – kết hợp với người được yêu – trong khi có khuynh hướng không tán thành sự dễ giải tình duc hay quan điểm xem tình dục là chuyện kích thích cơ thể. Hendrick và Hendrick cho rằng tâm trạng "đang yêu" có khuynh hướng tô điểm thái độ của họ đối với người khác cũng như đối với nhau, và cho rằng khuynh hướng xem mọi việc "thông qua lăng kính màu hồng" thường được ám chỉ trong tài liệu văn học có vẻ là một hiện tượng rất thực.

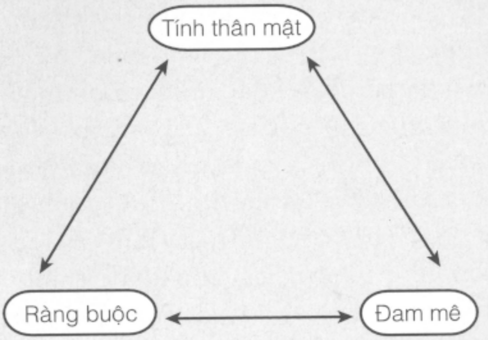
Mặc dù vấn đề là những nhà nghiên cứu này không có vẻ phân biệt giữa tình yêu và mê đắm, vì thế nghiên cứu của họ hầu hết chỉ tập trung vào loại tình yêu mê đắm, lãng mạn mà Tennov gọi là sự mê đắm hơn là mối quan hệ yêu thương ổn định, lâu bền.

Thuyết tam giác tình yêu của Sternberg

Sternberg (1987) cho rằng tình yêu do ba thành phần cấu thành: thân mật, đam mê và ràng buộc. Một mối quan hệ bất kỳ nhấn mạnh một, hai trong số ba thành phần này nhiều hơn thành phần khác nhưng trong mối quan hệ yêu thương kéo dài, cả ba có thể khá cân bằng nhau (Hình 14.1). Sternberg cho rằng những phối hợp khác nhau của ba thành phần có thể giải thích cho những loại tình yêu khác nhau ở con người.

Mỗi khía cạnh bao gồm nhiều khía cạnh khác. Chẳng hạn, khía cạnh **thân mật** gồm các khía cạnh như tìm cách thúc đẩy phúc lợi của người khác, thông cảm lẫn nhau, nhận và trao sự hỗ trợ cảm xúc, đánh giá cao người khác cũng như truyền đạt vấn đề cho nhau. Trái lại, **sự đam mê** bao gồm sự thể hiện và thỏa mãn mong muốn và nhu cầu, không phải lúc nào cũng là nhu cầu tình dục, mặc dù cũng bao hàm những nhu cầu này. Một số loại nhu cầu trong khía cạnh đam mê trong mối quan hệ có thể là sự thực hiện, nuôi dưỡng hay lòng tự trọng cũng như thực hiện tình dục. khía cạnh **ràng buộc** cũng có nhiều góc độ: một mặt có sự ràng buộc ngắn hạn đối với mối quan hệ, mặt khác cũng có triển vọng ràng buộc dài hạn với mối quan hệ. Cả hai nói chung không giống nhau: một người hoàn toàn ràng buộc với mối quan hệ ngắn hạn nhưng miễn cưỡng trong mối quan hệ dài hạn.

Hình 14.1 Thuyết tam giác tình yêu của Sternberg



Một số hình thức cảm giác được qui là "tình yêu" chỉ bao gồm một thành phần trong mô hình tam giác của Sternberg. Chẳng hạn: loại tình yêu mê đắm mà Tennov mô tả là sự mê đắm rất cao trong khía cạnh đam mê, nhưng thiếu tính thân mật hay ràng buộc. Trái lại, mối quan hệ về cơ bản là sự ưa mến lẫn nhau có thể cao trong thành phần thân mật nhưng không đam mê, hoặc có thể không có ràng buộc. Sternberg mô tả tình yêu có ràng buộc nhưng ít có thành phần khác là **tình yêu rỗng.**

Các dạng tình yêu khác có những phối hợp khác nhau về ba thành phần này. Tình yêu thỏa thuận sống chung dài hạn và sinh đẻ mà nhiều cặp vợ chồng phát triển qua thời gian cao về tính thân mật và ràng buộc, nhưng không đam mê. Tình yêu lãng mạn là tình yêu cao về tính thân mật và đam mê nhưng không ràng buộc,

Sternberg sử dụng từ **tình yêu ngốc nghếch** để mô tả tình yêu có đam mê và ràng buộc cao nhưng không thân mật. Tình yêu có ba thành phần đều cao gọi là **tình yêu tuyệt vời** trong mô hình của Sternberg.

Sternberg đi đến việc khảo sát sự thay đổi của mối quan hệ qua thời gian, và chứng minh rằng các mối quan hệ trong những giai đoạn khác nhau có những khía cạnh quan hệ đối tác khác nhau. Nghiên cứu của ông có sự tham gia của 80 nam nữ, từ 17 đến 69 tuổi, độ tuổi bình quân là 31. Theo lý thuyết tam giác của Sternberg, chứng cứ cho thấy chính các khía cạnh thân mật và ràng buộc trong mối quan hệ chủ yếu tiếp tục phát triển qua thời gian, trong khi góc độ đam mê có vẻ giảm sút (xem Bảng 14.13). Tuy nhiên, vì thành phần đam mê chủ yếu liên quan đến sự thỏa mãn nhu cầu không được đáp ứng, điều này hoàn toàn phản ánh quan niệm cho rằng nhu cầu mà con người ban đầu mang đến mối quan hệ đã được thỏa mãn, vì thế chúng không còn quan trọng nữa. Không có nhiều nghiên cứu chi tiết nên rất khó biết chính xác gồm có những mẫu gì.

Bảng 14.13 Sự thay đổi trong mối quan hệ qua thời gian

Tăng tầm quan trọng qua thời gian

Giá trị chung.
Sẵn sàng thay đổi để đáp ứng cho nhau.
Sẵn sàng tha thứ khuyết điểm của nhau.
Niềm tin tôn giáo phù hợp.

Kém quan trọng hơn qua thời gian

Mỗi bên có vẻ quan tâm với nhau đến mức nào.
Mỗi bên đối xử với bố mẹ của nhau tử tế đến mức nào.
Mỗi bên chú ý lắng nghe nhau đến mức nào.

Lúc đầu tăng tầm quan trọng nhưng về sau tầm quan trọng giảm

Sự hấp dẫn hình thể.
Khả năng làm tình.
Khả năng đồng cảm với người khác.
Hiểu biết sở thích lẫn nhau.
Thể hiện tình cảm cho nhau.

Lúc đầu không quan trọng, càng về sau càng quan trọng

Có trình độ hiểu biết phù hợp.

Nguồn:Sternberg, 1987

Tuy nhiên, bức tranh nổi bật là mối quan hệ luôn thay đổi qua thời gian, về lâu dài các khía cạnh quan trọng trong mối quan hệ không giống như các khía cạnh ngắn hạn.

Sternberg cho rằng có thể một lý do giải thích một tỉ lệ tương đối cao các cuộc hôn nhân thất bại có thể là do con người quyết định trên cơ sở nhu cầu ngắn hạn của mối quan hệ hơn là xét đến các yếu tố dài hạn. Nhưng như chúng ta có thể thấy, trong vấn đề này vẫn còn nhiều điều cần tìm hiểu.

SỰ CÔ ĐỘC

Hầu hết mọi người đôi lúc có cảm giác cô độc trong đời sống, tấn công chúng ta khi chúng ta dọn nhà hay lần đầu tiên sống xa nhà hay lúc kết thúc mối quan hệ cá nhân mật thiết. Cô độc là một cảm xúc phức tạp, cho đến thời gian tương đối gần đây mới được các nhà tâm lý học nghiên cứu. Tuy nhiên, trong thập niên 1970 và 1980, các nhà tâm lý có những nghiên cứu đáng kể trong việc tìm hiểu một số khía cạnh của sự cô độc.

Cutrona (1982) cho rằng điều quan trọng cần phải phân biệt giữa **cô độc kinh niên** và **cô độc tình huống.** Loại cô độc mô tả ở đoạn trước là cô độc tình huống; cô độc xảy ra do một số loại thay đổi trong tình huống cá nhân, Cutrona nhận thấy loại cô độc này xảy ra với hầu hết mọi người. Nhưng một số người có vẻ cô độc theo nghĩa dài hạn hơn: họ là cá nhân cô độc kinh niên. Sự phân biệt này dẫn đến nghiên cứu điều gì phân biệt những người cô độc kinh niên với người khác.

Dễ cho rằng cô độc hoàn toàn là trạng thái xúc cảm xảy ra khi con người không đủ tiếp xúc xã hội với người khác. Nhưng một trong những khía cạnh lý thú nhất của cô độc có vẻ là cách mà tâm trạng cô độc chủ quan không phải lúc nào cũng tương quan với sự cách ly xã hội. Thực ra, nghiên cứu của Jones (1981) chứng minh rằng trong một số trường hợp, những người có cảm giác cô độc chủ quan thậm chí có tiếp xúc xã hội còn nhiều hơn những người không cảm thấy mình cô độc. Nhưng phải tính đến chất lượng của sự tiếp xúc xã hội chứ không phải là số lượng.

Khía cạnh xã hội của sự cô độc

Williams và Solano (1983) chứng minh rằng những người cô độc thường cảm nghĩ rằng mình thiếu sự thân mật với người khác. Điều này cũng tương quan với cách họ tương tác với người khác: trong một nghiên cứu quan sát, Williams và Solano chứng minh rằng những người cô độc ít có khả năng tự bộc bạch với bạn bè hơn những người không cô độc. Vì tự bộc bạch là một trong những đặc điểm đặc biệt nhất trong mối quan hệ thân mật, thiếu nó trong mối quan hệ thường có nghĩa rằng mối quan hệ vẫn dựa vào cơ sở chính thức hay bán chính thức. Đối với nhiều mối quan hệ, điều này có thể hoàn toàn là một điều hay – bạn không muốn tiết lộ bí mật riêng tư của mình cho mọi người mình quen – nhưng nếu tất cả các mối quan hệ của bạn đều là chính thức hay bán chính thức thì nên hiểu rằng bạn cảm thấy khá cô độc.

Jones, Hobbs và Hockenbury (1982) cũng nhận thấy những người cô độc trong những tình huống xã hội thường hành động khác với những người không cho mình là cô độc. Từ nghiên cứu quan sát, họ nhận thấy những người cô độc thường ít chú ý đến bạn đời hơn, nói chung hỏi ít câu hơn và nói chuyện ít hơn. Khi Jones *và người khác* rèn luyện kỹ năng chú ý bạn đời và trò chuyện đối với những người tham gia nghiên cứu, họ nhận thấy điều này có tác dụng làm giảm đáng kể sự cô độc ở cá nhân. Thậm chí một khóa rèn luyện ngắn cũng đủ mang đến kết quả này.

Khía cạnh nhận thức của sự cô độc

Có nhiều sự khác nhau trong quy kết ở những người cô độc. Anderson, Horowitz và French (1983) nhận thấy người cô độc chắc chắn gặp khó khăn giữa cá nhân với nhau theo nghĩa yếu tố ổn định, tùy ý nhiều hơn theo nghĩa yếu tố tình huống nhất thời. Chúng ta nghiên cứu quy kết chi tiết hơn trong chương sau, nhưng về cơ bản loại quy kết này có nghĩa là họ ít có khả năng xem sự cô độc là vấn đề mình nên khắc phục hay lảng tránh.

Horowitz, French và Anderson (1982) cũng nhận thấy người cô độc rất bị động khi gặp những trở ngại giữa cá nhân với nhau. khi được trao một loạt các vấn đề, yêu cầu phải nghĩ giải pháp, người tham gia nghiên cứu cô độc thường đưa ra giải pháp cho các vấn đề giữa cá nhân với nhau ít nổi bật hơn những người tham gia nghiên cứu không cô độc, mặc dù không có sự khác nhau giữa hai nhóm về các vấn đề không liên quan đến người. Có thể là do họ trải qua một loại cảm giác "tình trạng bất lực tập quen" (xem Chương 13), bằng cách xem tình huống giữa cá nhân với nhau như những sự việc họ không thể có ảnh hưởng nhiều thật sự.

Shaver và Hazan (1985) cho rằng người cô độc đặc biệt dễ mê đắm, một dạng tình yêu, và nhận thấy mối quan hệ của họ đối với cảm xúc này trái với hình thức tình yêu thực tế hơn. Dĩ nhiên không phải người cô độc nào cũng mê đắm, nhưng Shaver và Hazan cho rằng nếu con người có nhiều nhu cầu xã hội không được đáp ứng và không nhận thức điều này, khi đó dấu hiệu quan tâm đến người khác dễ hình thành trong trí tưởng tượng của cá nhân, nhiều hơn cả sự tiếp xúc xã hội thân mật. Bằng cách dựa vào trí nhớ sự tiếp xúc xã hội ấy, người cô độc phóng đại thành kinh nghiệm cảm xúc sâu, khác hẳn với thực tại.

Tất cả những nghiên cứu này liên quan đến người tự mô tả mình là cô độc. Nhưng Marangoni và Ickes (1989) cho rằng một số người cô độc kinh niên – nhất là những người không có kỹ năng xã hội và kỹ năng chú ý cá nhân – có thể không biết rằng mình đặc biệt cô độc. Do đó, họ lập luận những người này không thể mô tả bản thân là "cô độc" khi được hỏi về cô độc trong bảng câu hỏi, vì thế có thể bị bỏ qua bằng cách đánh giá cô độc tiêu chuẩn dùng để phân biệt giữa người cô độc và không cô độc.

Tuy nhiên, cho rằng những người cô độc có thể không biết mình cô độc tỏ ra quá phức tạp: Peplau và Perlman (1982) mô tả hai điểm hội tụ cơ bản về nghiên cứu cô độc, thứ nhất tình trạng chủ quan, thứ hai tình trạng khó chịu hay bất lợi đối với cá nhân. Định nghĩa này là yêu cầu cơ bản ở một mức độ nhất định, người cô độc phải nhận ra vấn đề là gì ngay cả khi họ không chắc phải có hành động nào.

Mặc dù nghiên cứu cô độc chủ yếu liên quan đến việc nhận dạng đặc điểm những người cô độc, chúng ta nhận thấy tính chất đặc điểm được nhận dạng trực tiếp dẫn đến quan điểm cho rằng có thể giảm bớt hay thậm chí ngăn chặn sự cô độc. Cả tiếp cận xã hội lẫn nhận thức đối với sự cô độc đều có tác dụng trong việc giúp người cô độc khắc phục tình trạng của mình, dĩ nhiên đối với hầu hết khía cạnh nhận thức, xã hội về cảm giác phải song hành với nhau.

Trong chương sau, chúng ta nghiên cứu một số khía cạnh khác nhau trong tâm lý học xã hội và đặc biệt tập trung vào cách con người tìm hiểu thế giới xã hội của mình ra sao. Muốn thế, chúng ta nghiên cứu giao tiếp không bằng lời, cấu trúc nhận thức sử dụng để sắp xếp nhận thức xã hội của chúng ta, sự quy kết và mô tả xã hội chúng ta sử dụng để tìm hiểu ý nghĩa kinh nghiệm của mình.

Từ khóa

Giả thuyết nhu cầu bổ sung: Quan niệm cho rằng một số cặp vợ chồng hấp dẫn lẫn nhau vì họ có nhân cách trái ngược nhau, vì thế người này bổ sung nhu cầu cá nhân của người khác, như người này thích nói nhiều trong khi người khác thích lắng nghe.

Giai đoạn bộ đôi: Giai đoạn gãy đổ trong mối quan hệ liên quan đến cả hai vợ chồng – nói cách khác thời điểm quyết định của một người muốn kết thúc mối quan hệ được thông báo cho người kia biết.

Thuyết bình đẳng: Quan điểm cho rằng quy ước và tiêu chuẩn xã hội trên cơ sở nguyên tắc trao đổi bình đẳng mặc dù không phải nhất thiết hoàn toàn bình đẳng.

Giai đoạn mặc áo tang: Giai đoạn trong sự gãy đổ mối quan hệ vào thời điểm cặp vợ chồng tập trung vào việc phục hồi từ sự gãy đổ, trau chuốt phiên bản của mình về những gì đã diễn ra.

Giai đoạn nội tâm thần: Giai đoạn đầu tiên trong sự gãy đổ mối quan hệ trong đó một người nhận thấy rằng sự bất mãn ngày càng tăng của mình đối với mối quan hệ đã vượt khỏi mức có thể giải quyết và quyết định kết thúc mối quan hệ.

Sự mê đắm: Thuật ngữ ám chỉ sự mê đắm mãnh liệt, để phân biệt với tình yêu dài hạn.

Giả thuyết phù hợp: Quan điểm cho rằng thành viên trong các cặp vợ chồng phù hợp với nhau ở mức độ hấp dẫn hình thể.

Mô thức nhóm tối thiểu: Tiếp cận nghiên cứu đồng nhất xã hội bao gồm việc tạo ra các nhóm giả tạo trong phòng thí nghiệm tâm lý học xã hội đối với những điểm cơ bản trong đặc điểm tối thiểu hay không đúng thực (như tung đồng xu), sau đó nghiên cứu tác động của người trong nhóm/ người ngoài nhóm.

Khoảng cách riêng tư: Khoảng cách vật lý mà con người thích duy trì giữa mình và người khác. Khoảng cách này thay đổi theo mối quan hệ, thái độ với người khác, và theo tiêu chuẩn, bối cảnh.

Củng cố tích cực: Trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, củng cố hành vi tập quen bằng phần thưởng trực tiếp khi hành vi xảy ra.

Hình ảnh cái tôi: Bức tranh mô tả hay thực tế mà con người mô tả về mình không có thành phần đánh giá tiềm ẩn trong khái niệm tự trọng.

Thuyết tự nhận thức: Quan điểm cho rằng chúng ta phát triển ấn tượng nhân cách của riêng mình bằng cách suy luận mình giống với cách hành động của riêng mình như thế nào.

So sánh xã hội: Quá trình so sánh nhóm xã hội của một người với nhóm khác theo nghĩa địa vị và uy tín xã hội tương đối. So sánh xã hội rất quan trọng ở chỗ con người có khuynh hướng tự cách biệt mình với tư cách thành viên của một nhóm không phản ánh tích cực lòng tự trọng của họ.

Thuyết trao đổi xã hội: Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội xem tương tác xã hội là cuộc "trao đổi", trong đó cá nhân hành động theo cách nào đó để đổi lấy một số phần thưởng hay sự tán thành của xã hội.

Giai đoạn xã hội: Giai đoạn trong sự gãy đổ mối quan hệ vào thời điểm cặp vợ chồng công khai thừa nhận rằng mối quan hệ của mình đã kết thúc hay đang kết thúc.

Tóm tắt

1. Sự phản hồi từ người khác, tương tác xã hội, duy trì lòng tự trọng, nhận thức về bản thân và suy nghĩ cái tôi hiệu quả là những yếu tố quan trọng trong việc duy trì khái niệm về cái tôi.
2. Thuyết đồng nhất xã hội cho rằng các nhóm xã hội mà cá nhân thuộc về, quan trọng trong việc chúng ta nhận xét bản thân như thế nào và tương tác với người khác ra sao.
3. Khái niệm của phương Tây về cái tôi như một thực thể độc lập, cách ly không phải là khái niệm ở hầu hết các nền văn hóa loài người. Thay vào đó, cái tôi được xem như gắn chặt vào trong hệ thống xã hội, văn hóa nhiều hơn.
4. Yếu tố ảnh hưởng đến sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau bao gồm sự hấp dẫn hình thể, sự giống nhau và tính bổ sung, tính quen thuộc và tính gần gũi, ưa mến lẫn nhau và khả năng có thể sai lầm trong nhận thức. Giải thích sự hấp dẫn theo lý thuyết gồm sự đánh giá, củng cố xã hội và sự giống nhau về nhận thức.
5. Các thuyết về mối quan hệ ban đầu thường sử dụng phép ẩn dụ kinh tế, chẳng hạn như áp dụng sự trao đổi xã hội hay thuyết bình đẳng. Các thuyết sau này thường nhấn mạnh sự giống nhau về nhận thức và theo cách mối quan hệ thay đổi qua thời gian.
6. Tự giới thiệu và tự bộc bạch rất quan trọng trong những giai đoạn đầu của mối quan hệ trong khi sự duy trì chúng bao gồm nghĩa vụ lẫn nhau và hỗ trợ xã hội. Mối quan hệ gãy đổ do phá vỡ nguyên tắc, không có sự khuyến khích hay mong đợi không được đáp ứng.
7. Nghiên cứu tình yêu cho thấy điều quan trọng là nên phân biệt giữa sự mê đắm – cảm giác mê đắm lãng mạn mãnh liệt – và tình yêu lâu bền ở nhiều hình thức.
8. Nghiên cứu sự cô độc cho thấy những người cô độc kinh niên tương tác với người khác khác hẳn, ít tự bộc bạch hơn, ít chú ý hơn đối với bạn đời, họ cũng có khuynh hướng xem tình huống giữa cá nhân với nhau khó bị ảnh hưởng hơn.

Câu hỏi tự đánh giá

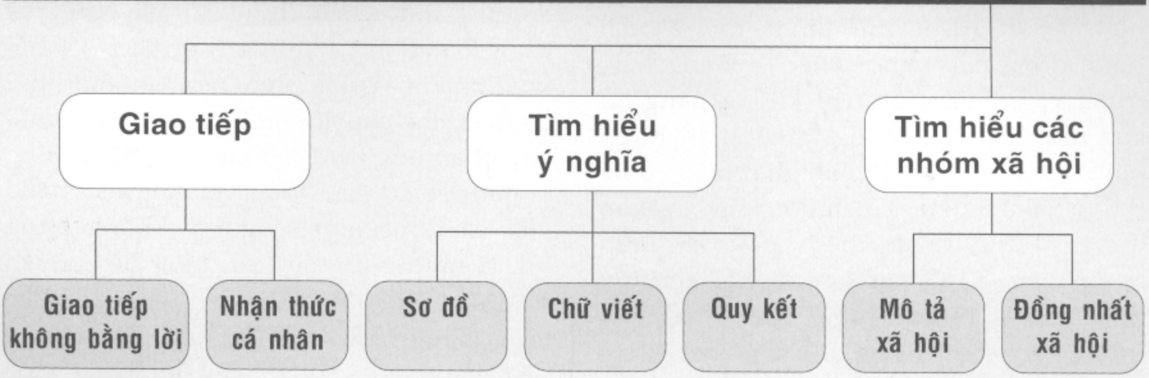
1. Phác họa tóm tắt những yếu tố chính trong việc duy trì khái niệm về cái tôi.
2. Hãy mô tả những yếu tố chính ảnh hưởng đến sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau.
3. Hãy phác họa 4 giai đoạn gây đổ mối quan hệ.

Câu hỏi thảo luận

1. "Khái niệm cá nhân độc lập chỉ là ảo tưởng". Hãy thảo luận.
2. Đánh giá có phê phán các lý thuyết tâm lý học về sự hấp dẫn.
3. "Nghiên cứu mối quan hệ để tìm hiểu con người hữu ích hơn nghiên cứu sự hấp dẫn". Hãy thảo luận.

chương 15

Tìm hiểu người khác



Đối tượng nghiên cứu

15.1. Gợi ý không bằng lời

a. Liệt kê gợi ý không bằng lời chính

b. Mô tả chức năng giao tiếp không bằng lời

c. Nhận dạng chức năng nghi thức trong tương tác xã hội

15.2. Nhận thức cá nhân

a. Định nghĩa thuật ngữ về nhận thức cá nhân

b. Mô tả yếu tố ảnh hưởng đến nhận thức cá nhân

c. Mô tả nghiên cứu nhận thức cá nhân

15.3. Chữ viết và sơ đồ

a. Nhận dạng các loại sơ đồ xã hội khác nhau

b. Mô tả nghiên cứu sơ đồ xã hội

c. Áp dụng khái niệm chữ viết xã hội vào đời sống thường nhật

15.4. Sự quy kết

a. Định nghĩa thuật ngữ về thuyết quy kết

b. Mô tả nghiên cứu sai sót hay thành kiến quy kết

c. Phác họa các thuyết quy kết chính

15.5. Nhận thức luận thế tục

a. Định nghĩa thuật ngữ về nhận thức luận thế tục

b. Nhận dạng các yếu tố ảnh hưởng đến việc đặt giả thuyết nhận thức luận thế tục

c. Phác họa những khía cạnh động cơ thúc đẩy trong nhận thức luận thế tục

15.6. Mô tả xã hội

a. Trình bày một nghiên cứu về mô tả xã hội

b. Phác họa cấu trúc mô tả xã hội

c. Đánh giá vai trò mô tả xã hội trong nhận thức

15.7. Cơ chế và các mức độ mô tả xã hội

a. Định nghĩa thuật ngữ về mô tả xã hội

b. Mô tả quá trình tin cậy và khách quan hóa

c. Áp dụng các mức độ giải thích trong lý thuyết tâm lý học xã hội

15.8. Đồng nhất xã hội

a. Mô tả các quá trình đồng nhất xã hội chính

b. Đánh giá ưu khuyết điểm của nghiên cứu nhóm nghiên cứu tối thiểu

c. Phác họa mối quan hệ giữa đồng nhất xã hội và tự trọng

Trong chương này, chúng ta khảo sát cách tìm hiểu thế giới xã hội của mình. Khi quan hệ với người khác, chúng ta không phải hành động mù quáng: chúng ta áp dụng kinh nghiệm trước đây và hiểu biết xã hội của mình, sử dụng chúng để định hướng hành động. Chúng ta sử dụng hiểu biết này để nhận thức thông tin về cách hành động của người khác – chẳng hạn, trong việc hiểu giao tiếp không bằng lời của người khác. Chúng ta cũng sử dụng kinh nghiệm trước đây để phát biểu có hệ thống quan điểm về người khác, và áp dụng những quan điểm này khi gặp người mới. Kinh nghiệm xã hội tích lũy giúp chúng ta có những cơ chế và cấu trúc nhận thức dùng để sắp xếp nhận thức xã hội – sơ đồ xã hội, mô tả xã hội và đồng nhất xã hội.

GIAO TIẾP KHÔNG BẰNG LỜI

Bạn có từng để ý mình có thể nói nhiều nhưng không bằng lời hay không? lúc nào chúng ta cũng giao tiếp như thế, bằng điệu bộ, âm sắc trong giọng nói và diễn đạt trên nét mặt. Khi chọn trang phục thật cẩn thận để dự tiệc vào ban đêm, điều ấy có nghĩa gì? bạn cố tạo ra hình ảnh nào? Có khác với cách bạn ăn mặc khi dự buổi phỏng vấn xin việc hay không?

Hầu hết, nếu không nói là tất cả mọi người đều rất thành thạo trong giao tiếp không bằng lời. Như các động vật khác trong xã hội chúng ta dành hầu hết thời gian của mình để tiếp xúc với các thành viên khác cùng chủng loài. Giao tiếp không bằng lời của chúng ta thường cụ thể với bối cảnh tương tác. Một cái nhìn thoáng qua ở bạn bè thay thế rất nhiều lời nói chuyện, nhưng cái nhìn ấy dành cho người lạ không chuyển tải một thông tin bất kỳ. Vì thế, mặc dù các nhà nghiên cứu có khả năng đề cập ý nghĩa chung của tín hiệu không bằng lời, thì những tiểu tiết trong giao tiếp không bằng lời phức tạp hơn nhiều, vì chúng luôn tùy thuộc vào sự hiểu biết xã hội chung và mối quan hệ liên quan đến tình huống ấy.

GỢI Ý KHÔNG BẰNG LỜI

Giao tiếp không bằng lời phục vụ cho nhiều mục đích xã hội. Argyle (1984) nhận dạng 4 mục dích trong số này, liệt kê trong Bảng 15.1. Những mục đích xã hội khác nhau này đều phức tạp, vào một thời điểm cụ thể chuyển tải thông tin rất tế nhị hay phản ứng trước sự kiện cụ thể. Chúng ta đạt đến sự giao tiếp phức tạp này bằng việc sử dụng một số **gợi ý không bằng lời,** là những tín hiệu sử dụng để chuyển tải thông tin. Một số gợi ý này liệt kê trong Bảng 15.2, chúng ta bắt đầu nghiên cứu giao tiếp không bằng lời bằng việc khảo sát chi tiết những tín hiệu này.

Thể hiện trên nét mặt

Một trong những hình thức dễ thấy hơn của gợi ý không bằng lời là **thể hiện trên nét mặt.** Chúng ta chào một người mình thích bằng nụ cười, cau mày khi khó chịu hay cau mặt khi giận dữ. Đôi khi, những thể hiện này mang đặc điểm riêng – thể hiện theo thói quen ở một cá nhân hay có lẽ thấy ở nhiều người trong cùng gia

Bảng 15.1 Chức năng giao tiếp không bằng lời

Hỗ trợ lời nói: Chẳng hạn, nhấn mạnh những từ quan trọng bằng cách gằn tiếng, phát âm chậm hơn các từ khác.

Thay thế lời nói: Chẳng hạn nhún vai có nghĩa là "tôi không biết".

Biểu hiện thái độ: Chẳng hạn thể hiện sự mệt mỏi trên nét mặt khi buộc phải lắng nghe một người có ý kiến bạn không quan tâm đến.

Biểu hiện cảm xúc: Chẳng hạn, ôm chặt một bạn thân đã lâu không gặp để diễn tả sự vui mừng của bạn khi gặp họ.

Nguồn: Argyle, 1975

Bảng 15.2 Nhiều gợi ý không bằng lời quan trọng

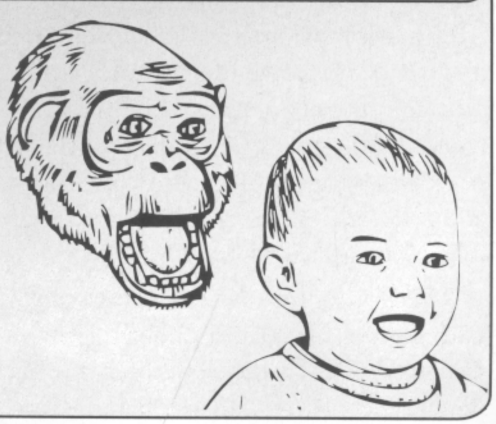
Thể hiện trên nét mặt
Giao tiếp bằng mắt
Động tác
Bộ dạng
Khoảng cách
Đụng chạm
Liệt ngôn ngữ
Trang phục

đình. Mọi người chẳng hạn đều có cách mỉm cười riêng. Một số thể hiện trên nét mặt có vẻ mang nguồn gốc văn hóa, do những người trong xã hội ấy sử dụng chứ không phải trong xã hội khác. Nhưng những thể hiện trên nét mặt khác có vẻ mang tính phổ biến, trong hầu hết văn hóa loài người cho thấy chúng mang tính bẩm sinh.

Năm 1872, Darwin cho rằng sự thể hiện những cảm xúc cơ bản như giận dữ hay lo sợ đều mang tính bẩm sinh trên cơ sở những mẫu tương tự xảy ra ở những động vật có vú khác cũng như ở con người. Ngụ ý rằng chúng có nguồn gốc tiến hóa chung, chẳng hạn phản ứng sợ hãi ở người lẫn động vật có vú gồm tiếng khóc âm sắc cao và **phản ứng cơ dựng tóc** trong đó tóc (lông) dựng đứng lên. (Ở người, tương đối có ít lông, điều này biểu hiện qua sự rởn gai ốc. Phản ứng này xảy ra ở loài chó, mèo, hắc tinh tinh và khỉ cũng như ở người. Đặc điểm dễ phân biệt khác của sợ hãi là "sợ hãi – cười toét mang tai", trong đó da kéo sếch ngược lên, miệng căng rộng ra, điều này cũng gặp ở hầu hết các loại động vật có vú.

Những thể hiện trên nét mặt khác có thể do con người thừa kế nhưng không nhất thiết ở các động vật khác. Trong một khảo sát nhiều phim chụp sự gặp gỡ trong xã hội của những người thuộc nhiều nên văn hóa khác nhau, Eibl-Eiblesfeldt (1972) chứng minh rằng nhiều thể hiện trên nét mặt khác nhau xuất hiện trong tất cả những nền văn hóa này. Một trong số này là nhướng mày để nhận biết: nếu chúng ta chào một người mình quen, chân mày sẽ nhướng lên thật nhanh, trở lại bình thường sau đó. Osgood (1966) nhận thấy có vẻ có 7 nhóm chính trong thể hiện trên nét mặt biểu lộ cảm xúc, cũng mang tính phổ biến trong mọi nền văn hóa loài người. 7 nhóm gồm: ngạc nhiên, sợ hãi, vui mừng, buồn rầu, giận dữ, quan tâm và phẫn nộ hay xem thường.

Thể hiện trên nét mặt cũng là biểu hiện thái độ rõ nét, trong một số khía cạnh điều này có thể biểu hiện những liên kết với những chủng loài khác. Goodall (1974) nhận xét rằng hắc tinh tinh con có "nét mặt vui đùa" giống với "nét mặt vui đùa" ở trẻ, cho biết chúng đang chơi trò chơi (Hình 15.1), mặc dù văn hóa loài người sử dụng những tín hiệu này theo cách tinh vi hơn loài hắc tinh tinh. Friedman, DiMatteo và Mertz (1980) chứng minh thể hiện trên nét mặt của những người dẫn chương trình trên tivi luôn thay đổi để biểu thị sự tán thành hay xem thường, tùy vào chủ đề họ đang đề cập. Điều này đặc biệt thấy rõ trong cuộc bầu cử tổng thống Mỹ năm 1976, người dẫn chương trình khi đề cập về Carter với sự thể hiện trên nét mặt khác với lúc đề cập về Ford.



Hình 15.1 Gương mặt nô đùa của hắc tinh tinh và trẻ

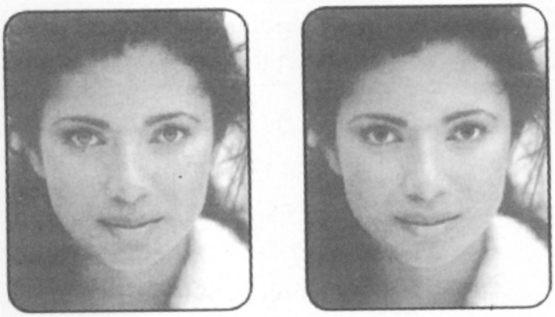
Tiếp xúc bằng mắt

Tiếp xúc bằng mắt cũng là tín hiệu tác động mạnh, biểu hiện cả tình cảm lẫn thù địch. Tiếp xúc bằng mắt trong thời gian dài với một người bạn yêu thương biểu thị bằng tình cảm, nhưng đối với người lạ có vẻ mang nghĩa thách thức. Ellsworth và Langer (1976) chứng minh trừng mắt nhìn rất có thể gợi ý sự bỏ chạy – con người sẽ rút lui tránh tình huống đang đe dọa như thế. Thực tế là tiếp xúc bằng mắt trong thời gian dài không dễ dàng bỏ qua, cũng cho chúng ta biết một điều gì đó về sức mạnh của giao tiếp không bằng lời.

Tiếp xúc bằng mắt cũng là một tín hiệu quan trọng trong việc điều tiết tương tác xã hội. Kendon (1967) quan sát nhiều cặp sinh viên được yêu cầu "làm quen" với nhau, và chứng minh rằng hoàn toàn có một tập hợp các nguyên tắc xã hội rất tinh vi về tiếp xúc bằng mắt để điều tiết chuyện trò. Chẳng hạn người nói có khuynh hướng tránh tiếp xúc bằng mắt trong khi mình đang nói, nhưng sẽ ngước lên khi nói xong như thể "bàn giao" cho người khác. Trái lại, người nghe sẽ chăm chú nhìn người nói nhiều hơn. Argyle, Lalljee và Cook (1968) chứng minh rằng, khi được nhìn thông thường con người tước bỏ gợi ý này, vì một trong hai người đang đeo kính đen, thì chuyện trò của họ trở nên lưỡng lự hơn, có nhiều lần ngắt quãng và tạm ngừng hơn.

Phá vỡ mẫu quy ước bản thân cũng là một tín hiệu. Dovidio và Ellyson (1982) chứng minh tiếp xúc bằng mắt kéo dài được duy trì trong khi nói như thế nào và nhìn người khác trong khi nghe, là một chiến lược con người sử dụng để duy trì sự kiểm soát xã hội đối với tương tác, cũng là dấu hiệu cho biết sức mạnh và địa vị trong tương tác xã hội.

Đôi mắt cũng có sự hấp dẫn vì đồng tử giãn nở khi nhìn điều gì chúng ta thích (dĩ nhiên đây là lý do giải thích tại sao ánh đèn trong những bối cảnh lãng mạn như nhà hàng thường mờ). Hess (1965) yêu cầu những người tham gia nghiên cứu nam đánh giá ảnh chụp phụ nữ có tính hấp dẫn. Một số ảnh này được điều chỉnh sao cho đồng tử có vẻ mở rộng ra (như trong Hình 15.2). Những ảnh này được đánh giá là hấp dẫn nhất cho dù người tham gia nghiên cứu không biết được sự chọn lựa của mình trên cơ sở nào.



Hình 15.2 Tính hấp dẫn và sự giãn đồng tử

Bộ dạng và động tác

Động tác là những thành phần cụ thể thường sử dụng cánh tay và bàn tay trong khi giao tiếp, thường sử dụng để khuếch đại và minh họa lời nói có ý nghĩa rất chính xác, mang đặc trưng văn hóa. Chẳng hạn, hầu hết các nền văn hóa phương Tây đều có động tác đặc trưng để cho biết một người "bị điên". Trong một số nền văn hóa, điều này được diễn tả bằng cách dùng tay vỗ nhẹ lên thái dương, nhưng ở các nền văn hóa khác được biểu hiện bằng cách đưa tay trỏ quay vòng trong không khí bên cạnh đầu. Có những khác biệt về văn hóa trong nhiều động tác sử dụng: những người ở một số nền văn hóa có cách diễn đạt theo quy ước nhiều hơn những người trong các nền văn hóa khác.

Bộ dạng là toàn bộ định hướng của cơ thể. Khi động tác dùng để phát đi một thông tin cụ thể thì bộ dạng là dấu hiệu biểu lộ thái độ chung – tác động mạnh đến mức chúng ta thường nhận thông tin chuyển tải qua bộ dạng xem đó là dấu chỉ báo đáng tin hơn về thái độ của một người nhiều hơn những gì họ nói. Chúng ta thường nhận thấy có bộ dạng thật ngẫu nhiên, một tư thế gây hấn hay tư thế thoải mái, thân mật.

Một trong những cách sử dụng bộ dạng thú vị hơn khi trò chuyện xảy ra với hiện tượng gọi là **hiệu ứng tư thế.** Nếu đang trò chuyện với bạn bè hay chú ý lắng nghe người khác, chúng ta thường có bộ dạng giống như bộ dạng người khác đang thể hiện. Người ta cho rằng đây là thông tin tiềm thức con người có cùng bước sóng như nhau.

McGinley, LeFèvre và McGinley (1975) chứng minh rằng bộ dạng ở một người có thể tạo sự khác biệt, liệu chúng ta có chắc chắn giống họ hay không, hay liệu có xem họ có sức mạnh hay không. Một tư thế thoải mái như ngả người trên ghế, duỗi chân, dang rộng hai chân thường rất có thể được giải thích đây là biểu hiện của sự tự tin, tư thế gò bó hơn như ngồi chéo chân hay khoanh tay được cho là cá nhân ấy kém cởi mở hơn và tự bảo vệ mình nhiều hơn, do đó chúng ta ít có khả năng giống họ. Knapp, Hart và Dennis (1974) chứng minh rằng bộ dạng chải chuốt như dùng ngón tay chải tóc hay đưa tay vuốt mặt thường được hiểu là dấu hiệu của sự lừa dối.

Khoảng cách và đụng chạm

Hall (1968) mô tả tất cả chúng ta đều biết nguyên tắc rất cụ thể về **khoảng cách** – khoảng cách mà chúng ta duy trì giữa mình và người khác trong các loại tương tác xã hội khác nhau. Như một bộ phận phát triển trong xã hội cụ thể, chúng ta phát triển những quan niệm rõ ràng nên chấp nhận khoảng cách nào trong các hình thức tương tác khác nhau và trong các mối quan hệ khác nhau. Những người trong mối quan hệ khác nhau sẽ biểu thị mức độ gần gũi cơ thể qua khoảng cách họ duy trì giữa mình và người khác. Chẳng hạn tình nhân sẽ ngồi với nhau gần hơn hai người bạn, và đến lượt hai người bạn này sẽ ngồi gần nhau hơn hai người xa lạ khi ngồi chung băng ghế. Bốn khoảng cách giữa cá nhân với nhau được Hall nhận dạng trong Bảng 15.3.

Có những nguyên tắc văn hóa về tình huống đòi hỏi phải có sự gần, và những tình huống nào phải giữ khoảng cách. Trong xã hội phương Tây, chúng ta biểu hiện rằng muốn kể cho ai nghe một điều bí mật hay riêng tư chẳng hạn bằng cách di chuyển đến họ gần hơn, nhưng khi nói chuyện với người lạ – chẳng hạn hỏi họ mấy giờ rồi, chúng ta sẽ duy trì một khoảng cách đáng kể. Những khoảng cách này thay đổi đáng kể ở các nền văn hóa, có thể tạo ra một số trở ngại trong tương tác cá nhân:

Bảng 15.3 Khoảng cách giữa cá nhân với nhau

Thân mật	Khoảng 18 inch
Cá nhân	Khoảng 4 feet
Xã hội	Khoảng 12 feet
Công cộng	Khoảng 18 feet

Nguồn: Hall, 1968

Watson và Graves (1966) chứng minh rằng những gì được xem là khoảng cách nói chuyện thoải mái trong một số nền văn hóa Trung đông chẳng hạn được xem là khoảng cách rất thân mật ở Mỹ. Những người thuộc văn hóa Trung đông và những người thuộc văn hóa Nam Mỹ rất có thể đứng mặt đối mặt nhiều hơn và chạm vào người mình đang nói.

Đụng chạm là một tín hiệu không bằng lời khác cũng có nhiều tác động, thường được xem là mang ý nghĩa sâu sắc. Jourard (1966) tiến hành nghiên cứu trong đó sinh viên mô tả các bộ phận cơ thể có thể bị những nhóm người khác đụng chạm. Bạn bè khác phái được phép đụng chạm trên cơ thể nhiều nhất, nhưng nói chung chỉ được chấp nhận đối với thành viên gia đình hay bạn bè cùng phái chạm tay hay đôi khi chạm vai người khác. Henley (1977) chứng minh đụng chạm thường được sử dụng như một dấu hiệu địa vị và quyền lực: cá nhân có địa vị cao hơn chẳng hạn như quản trị cao cấp thường đặt tay lên vai nhân viên có địa vị thấp hơn để tỏ thái độ tán thành hay bao gồm, nhưng nhân viên địa vị thấp hơn không hề tiếp xúc đụng chạm trước.

Liệt ngôn ngữ

Liệt ngôn ngữ là tất cả những cách chúng ta nói về sự việc. Chúng ta không phát âm bằng một giọng đều đều – chúng ta đưa vào nhiều âm sắc trong lời nói, "những tiếng đệm" âm thành như 'er' hay 'urn', cũng như thay đổi tốc độ khi nói. Đây là những tín hiệu không bằng lời đi kèm với lời nói, giúp giải thích rõ ràng chúng ta muốn nói điều gì hay chuyển tải thông tin bổ sung cho người khác. Davitz và Davitz (1959) chứng minh rằng chúng ta có 8 mẫu giọng nói phân biệt rất rõ ràng, biểu thị chúng đang ở tâm trạng nào. Tâm trạng tương ứng với giọng nói gồm: xúc cảm, giận dữ, nhàm chán, vui vẻ, thiếu kiên nhẫn, hồ hởi, buồn rầu và thỏa mãn.

Âm sắc trong lời nói chúng ta sử dụng cũng là tín hiệu không bằng lời tác động mạnh biểu thị năng lực và uy quyền. Apple, Streeter và Krauss (1979) chứng minh rằng, nói chuyện với giọng nói có âm sắc cao thường được xem là sự giảm bớt khả năng đáng tin đối với những gì chúng ta đang phát biểu. Cố vấn truyền thông cho nữ thủ tướng Margaret Thatcher áp dụng chứng cứ này khi bà nắm quyền thủ tướng Anh năm 1979. Nghiên cứu phong cách phỏng vấn của bà chứng minh rằng bà cố ý trầm giọng và tốc độ lời nói chậm lại xem đó là chiến lược để tăng sự đáng tin đối với giới truyền thông.

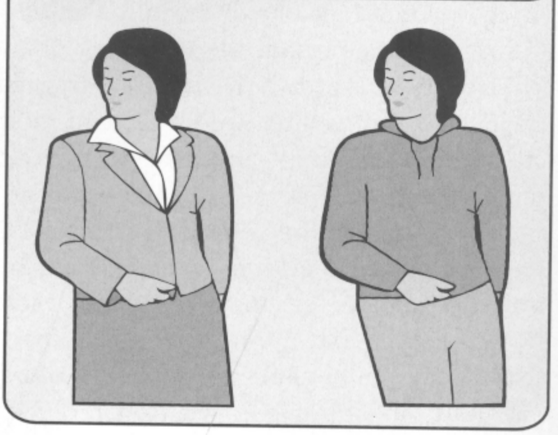
Sử dụng "những tiếng đệm" âm thanh trong trò chuyện chẳng hạn như 'er' và 'um', cũng tạo sự khác biệt trong nhận thức những gì chúng ta đang phát biểu. Kasl và Mahl (1965) chứng minh rằng sai sót trong lời nói gia tăng đáng kể khi chúng ta căng thẳng hay không chắc chắn những gì mình đang phát biểu và người đối diện sẽ hiểu đó là những tín hiệu không bằng lời. Tương tự, Erikson *và người khác,* (1978) tiến hành nghiên cứu cách con người đánh giá những gì đang được phát biểu trong bối cảnh phiên tòa, chứng minh rằng việc sử dụng các nhóm từ như "anh biết không", "loại", và "tôi đoán" đều làm giảm tính đáng tin vào những gì mà cá nhân ấy đang nói rất nhiều.

Trang phục

Trang phục luôn được xem là một phương tiện giao tiếp tác động mạnh. Thời trang hiện đại hơn trong các xã hội phương Tây quan tâm đến việc đưa ra hình ảnh cụ thể, là lời phát biểu về loại người có trang phục gì (Hình 15.3). Lĩnh hội và hiểu hình ảnh trong xã hội tiêu dùng rất tinh vi – tất cả chúng ta được rèn luyện điều ấy ngay từ lúc hiểu được quảng cáo!

Nhưng trang phục cũng được sử dụng cho các mục đích khác. Chẳng hạn đồng phục của điều dưỡng hay bảo vệ là lời tuyên bố rõ ràng về công việc của người ấy cũng như vai trò xã hội của họ. Nhân vật tôn giáo thường có trang phục dễ

Hình 15.3 Kiểu trang phục



phân biệt, đôi khi cả niềm tin tôn giáo lẫn suy nghĩ xã hội đều được biểu thị qua trang phục, chẳng hạn phụ nữ trong một số quốc gia hồi giáo với trang phục chador là lời phát biểu về vai trò của phụ nữ trong những xã hội ấy cũng như niềm tin tôn giáo.

CHỨC NĂNG CỦA GỢI Ý KHÔNG BẰNG LỜI

Ekman và Friesen (1969) phân loại chức năng tín hiệu không bằng lời thành 5 nhóm: biểu tượng, minh họa, tác dụng thể hiện, điều tiết và thích nghi. Mỗi nhóm này phản ánh một chức năng khác nhau: đôi khi chúng ta sử dụng các tín hiệu như nhau nhưng với mục đích khác nhau.

Biểu tượng

Biểu tượng là dấu hiệu có ý nghĩa dễ phân biệt, định nghĩa rõ ràng, tượng trưng cho một khái niệm hay quan điểm cụ thể. Đồng phục của một cảnh sát hay áo khoác ngoài của một kỹ thuật viên là lời phát biểu rõ ràng về vai trò xã hội và phạm vi trách nhiệm của họ. Động tác đặc trưng như đặt ngón tay lên môi biểu thị sự im lặng cũng thuộc vào nhóm này. Có những hình thức biểu tượng khó thấy hơn: mặc một loại trang phục đặc biệt (chẳng hạn ăn mặc như "ké côn đồ") có thể biểu thị vai trò xã hội nhiều như chính bộ đồng phục. Vì con người phản ứng đối với những gợi ý này theo tiềm thức, nên thường sử dụng ảnh hưởng đáng kể đối với tính chất tương tác xã hội của chúng ta đối với người khác. Chẳng hạn, nhiều người thích kiểu trang phục khá hình thức nếu họ có cương vị cao vì họ cảm thấy (ý thức hay tiềm thức) rằng trang phục giúp họ thúc đẩy tiếp cận nghề nghiệp, định hướng công việc đối với sự việc đang diễn ra.

Yếu tố minh họa

Yếu tố minh họa là những hành động không bằng lời đi kèm với lời nói, giúp thể hiện ý nghĩa hay dự định làm nền tảng cho điều đang được nói. Thể hiện nét mặt nhăn nhó có thể là minh họa để biểu thị ý kiến "Tôi không đồng ý với điều này" hay giọng nói trầm ấm làm nền tảng cho lời phát biểu tán thành hay thể hiện sự đồng cảm. Số lượng con người sử dụng yếu tố minh họa khác nhau ở các nền văn hóa và ở cá nhân, nhưng Ekman và Friesen nhận xét rằng trong lời nói hàng ngày yếu tố minh họa được sử dụng đặc biệt khi người nói khó diễn đạt suy nghĩ của mình thành lời.

Tác động biểu hiện

Tác động biểu hiện tiết lộ trạng thái cảm xúc mặc dù thuật ngữ sử dụng rất tùy tiện bao gồm cả thái độ – "trạng thái suy nghĩ", bao gồm nhiều gợi ý khác nhau của động tác cơ thể để cho biết sự trầm cảm, từ bỏ hay tự tin, âm sắc giọng nói biểu thị sự thiếu thân thiện hay cáu kỉnh, cách trang phục mới biểu thị tiếp cận mới, cử động ngón tay hay ngón chân biểu thị sự bồn chồn hay thiếu kiên nhẫn. Nhiều tác động thể hiện mang tính tiềm thức nhất là liên quan đến những bộ phận khó thấy hơn trên cơ thể. Một phần trong việc đào tạo cảnh sát bao gồm kỹ thuật phỏng vấn, nhận biết những cử động nhỏ ở bàn chân và chân. Mặc dù con người kiểm soát được biểu hiện trên nét mặt hay bộ dạng nhưng thường nhịp chân rất nhanh hay di chuyển bàn chân.

Yếu tố điều tiết

Yếu tố điều tiết là tín hiệu không bằng lời dùng để giúp tương tác xã hội kéo dài. Như chúng ta đã biết, tiếp xúc bằng mắt là một yếu tố điều tiết khi trò chuyện: sử dụng nó để cho biết chúng ta đang lắng nghe khi nào, để kiểm tra rằng người lắng nghe đã hiểu hay vẫn đang lắng nghe, và "bàn giao" khi đến lượt phát biểu của người khác. Điều này áp dụng trong tình huống giảng dạy cũng như trong các bối cảnh khác: Beattie (1984) mô tả nghiên cứu tiếp xúc bằng mắt trong khóa đào tạo, chứng minh nhiều sinh viên khéo léo ra sao khi đang nhìn giảng viên chăm chú lại ngoảnh mặt đi nơi khác khi biết giảng viên phát biểu gần hết câu sao cho tránh được ánh mắt của giảng viên!

Yếu tố thích nghi

Yếu tố thích nghi là tín hiệu không bằng lời, hành vi cá nhân thường là vô tình chúng ta phải viện đến vào những thời điểm không chắc chắn, gồm cắn móng tay vỗ ngón tay nhè nhẹ, tay mân mê vòng. Về cơ bản thích nghi dùng để giúp đối phó với tình huống đã cho. Chẳng hạn nhiều giảng viên và giáo viên phát triển thích nghi nghi thức hóa như đằng hắng trước khi nói. Nghi thức nhỏ này giúp họ thích ứng với tình huống giảng dạy. Ekman cho rằng phần lớn những hành vi đặc tính riêng này được tập quen từ nhỏ, tiếp tục trong khi trưởng thành nhưng chúng ta không nhận thức về chúng.

Như bạn có lẽ nhận thấy, một loại gợi ý không bằng lời bất kỳ đều phục vụ nhiều chức năng khác nhau. Gợi ý tác động mạnh nhất như âm sắc lời nói, tiếp xúc bằng mắt hay thể hiện trên nét mặt mang chức năng minh họa, tác động thể hiện hay điều tiết, được sử dụng hoán đổi cho nhau. Một tình huống xã hội bất kỳ bao gồm vô số ý nghĩa phức tạp, và tín hiệu không bằng lời có thể là truyền đạt thông tin theo nhiều mức độ khác nhau cùng lúc.

TẦM QUAN TRỌNG CỦA GIAO TIẾP KHÔNG BẰNG LỜI

Giao tiếp không bằng lời hiệu quả là một kỹ năng, giống như các kỹ năng khác, hầu như đều là tiềm thức một khi chúng ta đã thành thạo (chúng ta nghiên cứu học tập kỹ năng trong Chương 18). Thật ra, chúng ta thường để ý giao tiếp không bằng lời chỉ khi nào có sự sai lệch, hay gián đoạn trong một số cách. Chẳng hạn, những người cảm thấy bất an hay lo âu đôi khi phát triển hành vi tránh tiếp xúc bằng mắt với người khác – họ cho rằng mang tính đe dọa. Tuy nhiên, tiếp xúc bằng mắt là một phần thông thường trong tương tác hàng ngày, nếu bạn trò chuyện với một người luôn tránh ánh mắt của mình, bạn cảm thấy thật khó chịu.

Trong những trường hợp như thế, người khác thường không biết có phải đây là điều gì sai lệch hay không: họ chỉ biết là cá nhân ấy "hơi lạ" và không cảm thấy dễ chịu khi nói chuyện. Nhưng thường cũng đủ để khiến người ấy cô độc và cách ly hơn lúc trước. Argyle (1981) cho rằng những người như thế cần được giúp đỡ nhiều qua **rèn luyện kỹ năng xã hội,** dạy cho họ những điểm cơ bản giao tiếp không bằng lời trong tương tác xã hội, sao cho tiếp xúc của họ với người khác tích cực hơn.

Chúng ta rất tin vào giao tiếp không bằng lời, nếu nội dung không bằng lời của một thông tin không phù hợp với nội dung bằng lời, nói chung chúng ta thường bỏ qua nội dung bằng lời và tin thông tin không bằng lời. Argyle, Alkema và Gilmour (1971) yêu cầu các diễn viên cung cấp thông tin bằng lời cho những người tham gia nghiên cứu trong khi đồng thời sử dụng cách không bằng lời làm mâu thuẫn với thông tin bằng lời. Chẳng hạn nếu lời nói của diễn viên có vẻ thù địch hay gây hấn thì thái độ họ biểu hiện khi nói lời lẽ ấy phải thân thiện. Họ nhận thấy người tham gia nhớ thông tin không bằng lời nhiều hơn thông tin bằng lời gấp 4 lần.

Điều này có vẻ đúng. Sử dụng lời lẽ dễ nói dối nhưng nói dối không bằng lời khó hơn nhiều. Hãy nghĩ bạn có cảm giác ra sao khi nói chuyện với người mình không thích.

Tự động cơ bắp sẽ căng lên – bạn không cảm thấy thoải mái như đang nói chuyện với bạn bè. Bạn cũng cảm thấy khó cười được hơn, nụ cười gượng của bạn được chứng minh bằng vi ảnh cho thấy cơ bắp khác hẳn với nụ cười chân thật. Chính giao tiếp không bằng lời đã tiết lộ chúng ta chứ không phải tiết lộ qua những gì chúng ta phát biểu.

Tình tiết không bằng lời

Nói chung, nghiên cứu tâm lý học về giao tiếp không bằng lời liên quan đến động tác, hành động cụ thể, và chức năng xã hội mà chúng phục vụ. Nhưng phân tích xã hội theo nghĩa những động tác nhỏ không thể giúp ích cho việc tìm hiểu tương tác xã hội lâu dài. Năm 1979, Harré nêu rằng trong đời sống hàng ngày, kinh nghiệm xã hội mang hình thức **tình tiết** chung, có nghĩa, chứ không phải là những động tác hay hành động riêng biệt.

Chúng ta cần khảo sát toàn bộ bối cảnh kể cả những người liên quan, cách họ tự thể hiện mình, cơ sở cho những gì đang diễn ra, bối cảnh trong đó sự kiện diễn ra, v.v... Chẳng hạn, thay vì chỉ xét những lời thốt ra trong khi trò chuyện, Harré cho rằng chúng ta nên xét đến toàn bộ cuộc trò chuyện theo nghĩa xã hội của chúng – đối với người tham gia cũng như đối với người khác. Nghiên cứu cuộc trò chuyện đơn giản từ bối cảnh, theo Harré chắc chắn không cho chúng ta biết nhiều điều.

Nghi thức

Một lĩnh vực giao tiếp không bằng lời đòi hỏi **tiếp cận tình tiết, mô tả** của Harré – xét đến tình tiết và giải thích để tìm hiểu ý nghĩa những gì đang diễn ra – là lĩnh vực nghi thức. Nghi thức là hình thức giao tiếp mang ý nghĩa sâu sắc trong mọi xã hội loài người, nhưng chỉ là tình tiết toàn bộ chứ không phải động tác hay hành động riêng lẻ. Nghi thức chỉ hiểu được khi xét đến ý nghĩa xã hội của những gì đang diễn ra.

Chẳng hạn, mặc dù hình thức nghi thức khác nhau ở các nền văn hóa, mọi xã hội loài người đều có nghi thức đối với cái chết và mất đi người thân. Những nghi thức này đóng vai trò quan trọng trong việc cấu trúc kinh nghiệm ở một người mất người thân và cho họ cách thể hiện sự đau buồn của mình trong một bối cảnh quen thuộc nhưng đặc biệt. Bằng cách quy định điều gì sẽ xảy ra và khi nào, nghi thức tạo ra một "chữ viết" cấp cao đối với biến cố. Chữ viết này dựa vào nhiều tín hiệu bằng lời và không bằng lời để hình thành một tổng thể có nghĩa. Nghi thức là một tình tiết kinh nghiệm hoàn chỉnh, theo Harré, cung cấp khuôn khổ trong đó hiểu được kinh nghiệm với lượng giải thích tối thiểu.

Nghi thức phục vụ chức năng quan trọng trong đời sống xã hội vì cho chúng ta một cấu trúc rõ ràng trong đó diễn ra sự tương tác. Nhưng nghi thức cũng chuyển tải ý nghĩa cấp cao, và tính chất nghi thức cho chúng ta biết dung lượng tổ chức xã hội và cấu trúc quyền lực. Chẳng hạn nghi thức đi kèm với kỳ thi chính thức chuyển tải thông tin hoài nghi, không tin tưởng. Sự không tin tưởng này mở rộng đến những người điều hành kỳ thi (hành vi của họ được qui định nghiêm khắc) lẫn sinh viên dự thi. Nói chung, chúng ta tiếp nhận thông tin này theo tiềm thức nhưng điều này không có nghĩa là chúng không thuyết phục – thực ra, thông tin tiềm thức thuộc loại này thậm chí tác động mạnh hơn thông tin chúng ta nhận biết có ý thức.

Nghi thức hàng ngày

Berne (1973) nhận dạng nhiều nghi thức hàng ngày do con người thực hiện. Chẳng hạn, cuộc chuyện trò gồm sự trao đổi bằng lời giữa hai người. Nghi thức hình thức trong các nghi lễ tôn giáo thường bao gồm lời nói thốt ra và câu trả lời mặc dù chúng ta không mô tả điều này như cuộc chuyện trò theo nghĩa bình thường. Tuy nhiên phần lớn chuyện trò hàng ngày của chúng ta hầu như được nghi thức hóa. Berne cho rằng nhiều chuyện trò trong đời sống hàng ngày thực ra đều có chức năng nghi thức, hơn là chức năng giao tiếp đơn giản: chúng phục vụ khẳng định sự tham gia vào đời sống xã hội hơn là truyền đạt thông tin.

Chẳng hạn, chuyện trò "Bạn khỏe không?" bạn thường trao đổi với người quen khi gặp họ mua sắm hay ở trạm chờ xe buýt. Có một mẫu xác định đối với câu hỏi và trả lời, cũng có một bối cảnh được qui định – cứ cho rằng bạn trả lời theo cách đặc biệt. Mặc dù những điều này có vẻ là minh họa cho các cuộc chuyện trò ngắn nhưng thực ra không liên quan gì đến việc trao đổi thông tin. Thay vào đó chúng chỉ tái khẳng định mối quan hệ xã hội.

Thông tin môi trường

Hãy chọn cách nhìn mới về cách bài trí lớp học trung bình hay hội trường diễn thuyết. Trong một lớp học điển hình, giáo viên – một cá nhân – có một phần ba không gian trong khi sinh viên ngồi sát nhau trong 2/3 không gian còn lại. Trong một hội trường diễn thuyết, diễn giả có một khu vực rộng lớn trong khi sinh viên phải ngồi chen chúc trong các dãy ghế. Cả hai địa điểm, giáo viên là người tự do di chuyển trong khi sinh viên phải ngồi yên một chỗ. Phòng được sắp xếp thành những dãy ghế, sinh viên ngồi cạnh nhau, ít nhiều buộc phải đối mặt với giáo viên (dấu hiệu chú ý). Đây là những tín hiệu không bằng lời, ngụ ý trực tiếp về mối quan hệ quyền lực giữa giáo viên và sinh viên.

Một thông tin quan trọng mà chúng chuyển tải là sự giao tiếp giữa giáo viên và sinh viên chứ không phải giữa sinh viên với nhau. khi trò chuyện với một người trong đời sống hàng ngày – nhất là nếu đó là cuộc trò chuyện nghiêm trọng hay căng thẳng – chúng ta thường nhìn thẳng vào mặt người mình đang nói sao cho tiếp xúc với họ bằng mắt và ngụ ý rằng chúng ta đang chú ý. Trong một lớp học thông thường, tiếp xúc bằng mắt giữa sinh viên rất khó do sự bố trí vật lý, nhưng tiếp xúc bằng mắt giữa giáo viên và sinh viên dễ hơn. Quyền lực và uy quyền cũng được phản ánh trong số lượng không gian tương đối mà cá nhân đang có. Những tín hiệu môi trường này trực tiếp góp phần vào việc kiểm soát tương tác xã hội đang diễn ra. Đây là lý do tại sao giáo viên quan tâm đến công việc nhóm thường sắp xếp lại bàn ghế trong lớp: ghế xếp thành những vòng tròn nhỏ giúp mọi người nói chuyện với nhau thoải mái hơn và thường có khuynh hướng thảo luận tốt hơn.

Thông tin không bằng lời không chỉ được truyền dẫn bằng những gợi ý cụ thể. Có những thông tin không bằng lời trong sử dụng nghi thức hay tính đúng mực, hay thiếu nó, tỉ lệ giữa tương tác tích cực với tương tác không tích cực trong một nhóm hay hai người, trong việc cung cấp hay thiếu thông tin trong một bối cảnh làm việc, trong một bố trí vật lý lớp học hay tòa nhà, và trong nhiều khía cạnh kinh nghiệm khác. Thực ra, hầu như tất cả đều có thể sử dụng như một tín hiệu không bằng lời trong tương tác xã hội! chủ nghĩa biểu tượng là một phần quan trọng mang tính quyết định trong sinh hoạt thường nhật. Chúng ta nhận thấy từ điều này rằng giao tiếp không bằng lời hoạt động ở nhiều mức độ, từ tín hiệu cụ thể đến những thông tin chung chung hơn về giả định xã hội. Đây là yếu tố quan trọng trong cách chúng ta nhận thức về người khác và cách chúng ta phản ứng đối với họ.

NHẬN THỨC CÁ NHÂN

Nhận thức người khác là một quá trình phức tạp bao gồm nhận thức về những tín hiệu không bằng lời và cũng buộc chúng ta phải dựa trên một diện rộng kiến thức hiểu biết xã hội ẩn và hiện. Khi cố tìm hiểu một người bất kỳ như thế nào, chúng ta áp dụng những ý kiến và giả định khác nhau về con người nói chung, cũng như những gợi ý về cá nhân cụ thể. Tất cả những điều này giúp chúng ta phát biểu ý kiến của mình và góp phần vào việc hình thành ấn tượng về cá nhân ấy. Trong phần này, chúng ta khảo sát một số nghiên cứu tâm lý học được tiến hành trong nỗ lực tìm hiểu một số kiến thức ẩn, cũng như các nguyên tắc chúng ta sử dụng để hình thành ấn tượng của mình về người khác.

LÝ THUYẾT NHÂN CÁCH ẨN

Asch (1946) bắt đầu nghiên cứu lĩnh vực này bằng cách chứng minh rằng con người thường phát triển những quan điểm cực kỳ phức tạp về người khác chỉ bằng cách ngoại suy từ một, hai mẫu thông tin. Điều này là do thông tin đề cập đến lý thuyết về nhân cách ẩn. Chẳng hạn chúng ta thường nghĩ rằng nhân cách tập hợp thành nhóm với nhau, vì thế nếu nhận thấy ai đó có một đặc điểm thì chúng ta thường cho rằng họ sẽ có nhiều đặc điểm nhân cách khác.

Đặc điểm chính và ngoại vi

Một số đặc điểm quan trọng hơn số đặc điểm khác trong việc ảnh hưởng đến cách nhận thức về người khác của chúng ta. Trong một nghiên cứu của Asch, người tham gia nghiên cứu được trao một danh sách gồm nhiều tính từ, 6 tính từ trong số này luôn đồng nghĩa: thông minh, khéo léo, chuyên cần, quả quyết, thực tế và cẩn thận. Tuy nhiên, tính từ thứ 7 (đặt vào giữa danh sách) lại khác, có thể là nồng nhiệt, lãnh đạm, lễ phép hay cộc cằn.

Asch đưa những mô tả này cho 4 nhóm người tham gia nghiên cứu và yêu cầu họ mô tả con người, dự đoán người ấy sẽ có hành vi gì trong một số tình huống. Hai nhóm nhận được tính từ "lễ phép" và "cộc cằn" trong mô tả thường có cách đoán giống hệt nhau về cá nhân đang được mô tả – những đặc điểm ấy có vẻ là ngoại vi đối với ấn tượng đang được hình thành. Nhưng các nhóm nhận được tính từ "nồng nhiệt" hay "lãnh đạm" có nhận thức hoàn toàn khác về cá nhân. Đặc điểm nhân cách "nồng nhiệt" hay "lãnh đạm" dường như là tâm điểm đối với nhận thức của chúng ta về người khác. Kelley (1950) nhận thấy sinh viên muốn nghe giảng viên thỉnh giảng nào "nồng nhiệt" rất có khả năng nán lại lớp để trò chuyện hơn là muốn nghe giảng viên "lãnh đạm".

Có vẻ một số đặc điểm quan trọng hơn số đặc điểm khác. Maier (1955) chứng minh rằng những đặc điểm chính này thực ra không phải là mô tả nhân cách. Chẳng hạn khi một người được mô tả trong cương vị quản lý một doanh nghiệp nhỏ hay đang công tác công đoàn, đánh giá của người khác họ làm nghề gì và rất có thể phản ứng ra sao đều chịu nhiều tác động. Vấn đề liệu đặc điểm có mang tính ngoại vi hay là chính có vẻ rất liên quan đến lý thuyết nhân cách ẩn của chúng ta.

Khía cạnh đặc điểm

Sử dụng kỹ thuật gọi là **phân tích đối chứng,** Rosenberg, Nelson và Vivekanathan (1968) chứng minh rằng lý thuyết nhân cách ẩn dường như có 2 khía cạnh chính. Một là liên quan đến khả năng suy nghĩ trong khi khía cạnh khác liên quan đến tính hòa đồng. Mỗi một khía cạnh này đều có cân nhắc đánh giá: minh họa "tốt" của khía cạnh hiểu biết có thể bao gồm những đặc điểm như kiên trì hay khéo léo chẳng hạn, trong khi minh họa "xấu" có thể là khó giao du hay cáu kỉnh. Rosenberg, Nelson và Vivekanathan chứng minh rằng hai khía cạnh này cung cấp yếu tố cần thiết để tìm hiểu những đặc điểm nhân cách khác. Chẳng hạn, một người được xem là có tính tốt cũng được xem là người khôi hài, vui vẻ, hòa đồng vì những đặc điểm này hợp thành nhóm "tốt", lĩnh vực xã hội trong thang đánh giá.

Suy nghĩ rập khuôn

Suy nghĩ rập khuôn là một yếu tố khác trong cách chúng ta hình thành ấn tượng về người khác. Suy nghĩ rập khuôn bao gồm việc phân loại người theo một số đặc điểm bên ngoài như màu da hay định hướng tình dục. Vì thế, mặc dù có liên quan nhưng không hoàn toàn giống với lý thuyết nhân cách ẩn, phần lớn vì nó có xuất phát điểm khác. Lý thuyết nhân cách ẩn bắt đầu từ một số thông tin về cá nhân ấy và từ đó phát triển, trong khi suy nghĩ rập khuôn là việc đặt cá nhân vào một nhóm thích hợp bất kể những gì họ giống một cá nhân trong thực tế.

Karlins, Coffinan và Walters (1969) nghiên cứu suy nghĩ rập khuôn ở sinh viên trên cơ sở nghiên cứu trước đây được tiến hành vào thập niên 1930. Họ nhận thấy suy nghĩ rập khuôn của các nhóm dân tộc thiểu số khác nhau có vẻ thay đổi rất ít hay ít nhất bị mờ nhạt (xem Bảng 15.4), mặc dù luôn có thể điều này là do sinh viên nhạy cảm hơn đối với tính không thể chấp nhận suy nghĩ rập khuôn của xã hội, hơn là từ những thay đổi trong suy nghĩ của họ. Nhưng chắc chắn, có những thay đổi về cách xã hội nhận thức nhiều nhóm thiểu số trong thời điểm ấy, và có vẻ chắc chắn rằng quan điểm của sinh viên cũng đã thay đổi.

Bảng 15.4 Thay đổi trong suy nghĩ rập khuôn về học sinh

	Số % đồng ý với mô tả	
Năm	**1933**	**1969**
Người Đức "có tinh thần thép"	44	9
Người Ý "giỏi âm nhạc"	32	9
Người da đen "mê tín"	84	13

Nguồn: Karlin, Coffman và Walters, 1969

Gahagan (1984) yêu cầu người tham gia nghiên cứu đọc một đoạn văn về phụ nữ, kiểm tra họ vào một tuần sau để xem họ nhớ nhiều ít. Sau đó cung cấp một số thông tin bổ sung về phụ nữ ấy cho những người tham gia nghiên cứu biết. Một nhóm nhận thông tin "trung tính", nhóm thứ 2 được cho biết mối quan hệ tình dục khác giới của phụ nữ ấy trước đây và nhóm thứ 3 được cho biết trước đây phụ nữ ấy có quan hệ tình dục đồng giới. Gahagan chứng minh rằng ở nhóm thứ 3, suy nghĩ rập khuôn về tình dục đồng giới nữ của những người tham gia nghiên cứu trực tiếp ảnh hưởng đến việc họ nhớ lại đoạn văn. Chẳng hạn, không giống hai nhóm kia, họ không nhớ rằng thời thanh niên phụ nữ ấy có hẹn hò với bạn trai mặc dù trong đoạn văn có tình tiết này.

Trong khi suy nghĩ rập khuôn về giới tính và dân tộc là những cơ chế xã hội tác động mạnh, hầu như một đặc điểm bất kỳ cũng tạo ra một số loại suy nghĩ rập khuôn. Harari và McDavid (1973) chứng minh rằng giáo viên suy nghĩ rập khuôn về học sinh theo tên thánh, họ nghĩ có điều khác biệt ở một học sinh có tên thánh 'Karen' hay 'David' với 'Adele' hay 'Hubert'. Những suy nghĩ rập khuôn cũng ảnh hưởng đến việc cho điểm – giáo viên trong mẫu thường cho học sinh có tên "tích cực" điểm cao hơn học sinh khác. Khi phối hợp điều này với nghiên cứu của Rosenthal về dự đoán tự thực hiện, chúng ta nhận thấy quá trình suy nghĩ rập khuôn có tác động mạnh đến mức nào.

Dự đoán tự thực hiện

Rosenthal và Jacobsen (1968) nghiên cứu **dự đoán tự thực hiện**. Họ vào một trường học trong một thành phố cỡ trung bình ở nước Mỹ, yêu cầu học sinh làm trắc nghiệm IQ cũng như thu thập thông tin về kết quả học tập. Không giải thích gì với học sinh nhưng cho giáo viên biết rằng các nhà nghiên cứu đang kiểm tra một hình thức trắc nghiệm IQ mới nhằm mục đích nhận dạng số học sinh phát triển chậm và những em có thành tích học tập sau này cho dù kết quả hiện tại không khả quan lắm. Các nhà nghiên cứu chọn một nhóm học sinh theo cách ngẫu nhiên, và chắc chắn rằng giáo viên "tình cờ" nghe lõm câu chuyện trong đó số học sinh này được nhận dạng là số em đạt kết quả tốt trong trắc nghiệm mới.

Một năm sau, họ trở lại trường nhận thấy rằng số học sinh họ chọn có những tiến bộ ấn tượng trong học tập cũng như điểm số cao trắc nghiệm IQ. Điều này áp dụng cho học sinh ở độ tuổi bất kỳ, nhưng lúc đầu chỉ dành cho những em nhỏ hơn có những thay đổi ấn tượng nhất (mặc dù trong một theo dõi về sau, kết quả của những em lớn tuổi hơn có vẻ kéo dài lâu hơn). Dường như giáo viên thay đổi hẳn thái độ đối với những em này, vì thế các em được khuyến khích nhiều hơn trong học tập và có sự tương tác với giáo viên thân mật hơn. Sự khác biệt thường rất khó thấy, chỉ biểu hiện qua âm sắc của lời nói hay tốc độ để ý những gì học sinh đang phát biểu.

Nghiên cứu này chứng minh mong đợi của chúng ta có ảnh hưởng đáng kể đối với nhận thức và hành vi, cũng như làm nổi bật nguy cơ **gán tên** hay suy nghĩ rập khuôn về học sinh. Nhiều giáo viên công tác trong trường thuộc những vùng khó khăn thường có mong đợi thấp về khả năng học trò của mình – trong khi vẫn cầu chúc các em học giỏi, họ ý thức rõ vấn đề mà số học sinh ấy đang đối mặt, vì thế không nghĩ số học sinh này đạt kết quả cao. Những gì Rosenthal chứng minh là những mong đợi ấy có thể trở thành dự đoán tự thực hiện và ảnh hưởng đến khả năng học tập của học sinh.

Xây dựng cá nhân

Lý thuyết chung về nhân cách có vẻ tương đối phổ biến trong xã hội – suy nghĩ cho rằng người béo luôn dễ chịu chẳng hạn – và những suy nghĩ này liên kết với thuyết **mô tả xã hội** chúng ta sẽ nghiên cứu trong cuối chương này. Nhưng con người cũng phát triển suy nghĩ của riêng mình về người khác dựa vào kinh nghiệm. Trong Chương 7, chúng ta xét đến **thuyết xây dựng cá nhân** (Kelly, 1955), chứng minh con người hình thành lý thuyết riêng tư của riêng mình về người khác ra sao trên cơ sở kinh nghiệm và cách mà những xây dựng con người sử dụng để tìm hiểu ý nghĩa thế giới của mình hoàn toàn khác hẳn với những xây dựng mà người khác sử dụng. Chúng ta sử dụng xây dựng cá nhân để tìm hiểu người khác vì thế chúng là một khía cạnh quan trọng trong cách chúng ta hình thành ấn tượng về người khác.

Tác dụng gần đây

Thứ tự trong đó chúng ta tiếp nhận thông tin có tác động đáng kể đến nhận thức của chúng ta về người khác. Trong Chương 3, chúng ta đã biết **tác dụng gần đây** ảnh hưởng đến nhận thức con người ra sao, trong nghiên cứu của Luchins (1959) về một nhân vật "Jim" được nhận thức bằng cách nào khi mô tả anh ta vừa có tính hướng nội lẫn hướng ngoại. Đánh giá của người khác về nhân cách của Jim và có thể là hành vi tùy thuộc vào mô tả nào trước.

Tương tự, Asch (1946) cung cấp cho người tham gia nghiên cứu một danh sách gồm 6 tính từ, theo thứ tự: *thông minh, chuyên cần, bốc đồng, hay phê phán, bướng bỉnh, ganh tị*. Danh sách tương tự phát cho nhóm thứ hai nhưng ba đặc điểm đầu tiên nằm ở dưới cùng. Yêu cầu người tham gia nghĩ về cá nhân đang được mô tả bằng 6 tính từ, và đánh dấu kiểm các tính từ trong một danh sách khác cũng để mô tả cá nhân ấy. Asch nhận thấy thứ tự mô tả quyết định mục tiêu được nhận thức theo cách thiên vị ra sao: những tính từ nào có mô tả thiện ý được đánh dấu kiểm trước, dứt khoát hơn các tính từ có mô tả tiêu cực. Chẳng hạn, 90% trong nhóm thứ nhất đánh dấu kiểm "hào phóng" trong danh sách so với chỉ 10% trong nhóm thứ hai.

Những tác dụng này cũng mở rộng trong các tình huống đời thực. Hầu hết chúng ta đều hiểu tầm quan trọng của việc tạo ra ấn tượng ban đầu có lợi khi chuẩn bị một cuộc phỏng vấn quan trọng: chúng ta sẽ chăm chút ăn mặc chỉnh tề chẳng hạn. Không chỉ có bề ngoài: trong một nghiên cứu ở phòng xử án giả, Pennington (1982) chứng minh rằng lời quả quyết của những người tham gia nghiên cứu đối với vụ xử án hiếp dâm đều chịu nhiều ảnh hưởng của việc liệu chứng cứ buộc tội có đưa ra trước chứng cứ biện hộ hay không. Vì thế chúng ta nhận thấy rằng tác dụng gần đây ảnh hưởng rất lớn đến cách chúng ta nhận thức về người khác.

Hiệu ứng quầng sáng

Tác dụng khác tương tự với tác dụng gần đây hiểu theo cách hoạt động là **hiệu ứng quầng sáng.** Chúng ta thường nhận xét người khác tốt hơn thực tế là vì họ đi kèm với những kinh nghiệm, sự kiện tích cực đối với chúng ta hay vì chúng ta biết rằng trước đây họ đã có hành động tích cực. Trong những trường hợp như thế, chúng ta đánh giá họ lúc nào cũng tốt hơn – chúng ta nhận thấy mình dễ tha thứ hay bỏ qua khuyết điểm mình thường nghĩ là quan trọng đối với người khác, hay chúng ta đánh giá họ có năng lực cao hơn tiêu chuẩn công việc tương tự ở người khác.

Nhận thức về cá nhân dựa trên hiểu biết và suy nghĩ hiện có của chúng ta, nhưng có vẻ cũng khá ngạc nhiên với thông tin thực tế về cá nhân chúng ta đang tiếp – thậm chí đôi lúc đến mức độ mà chúng ta hoàn toàn bỏ qua những đặc điểm thực sự của cá nhân chúng ta đang nhận thức. Thay vào đó dựa vào hiểu biết xã hội trước đây và áp dụng hiểu biết này ngay sau khi chúng ta cho rằng như thế là thích hợp. Do đó, các nhà tâm lý học quan tâm đến việc tìm hiểu những hình thức khác nhau diễn ra sự hiểu biết xã hội trước đây này, chúng ta sẽ nghiên cứu một số khía cạnh của vấn đề.

SƠ ĐỒ VÀ CHỮ VIẾT

Một trong những cách quan trọng nhất mà chúng ta lưu trữ thông tin là để hướng dẫn hành động thích hợp. Chúng ta **sắp xếp** hiểu biết của mình thành những hình thức giúp chúng ta áp dụng chúng khi đối mặt với tình huống xa lạ trước đây chưa hề gặp. Muốn thế, chúng ta phải có khả năng khái quát hóa, cũng như lưu trữ thông tin dưới dạng bao gồm khả năng có thể và chiến lược hành động cũng như hiểu biết thực tế hay trí nhớ kinh nghiệm. Sơ đồ và chữ viết là minh họa của loại lưu trữ này.

Sơ đồ

Khái niệm **sơ đồ** là một khái niệm thường gặp trong nhiều lĩnh vực tâm lý học: trong tâm lý học nhận thức (chẳng hạn xem mô tả lý thuyết nhận thức của Neisser trong Chương 2), trong tâm lý học phát triển (chẳng hạn như mô hình của Piaget trong Chương 19) cũng như trong tâm lý học xã hội. Sơ đồ thường được cho là khung nhận thức mà chúng ta hình thành qua kinh nghiệm, dùng để hướng dẫn, định hướng hành động của mình ("Schemata" là từ ở dạng số nhiều, mặc dù trong thời gian gần đây, một số người sử dụng từ "schemas" để thay thế. Nhưng cho dù dùng từ nào đi nữa thì chúng vẫn có tác động ấn tượng đối với nhận thức xã hội của chúng ta).

Vì mong đợi của chúng ta định hướng hành vi nên chúng ta thường lập ra những chu kỳ hành vi tự thực hiện, cuối cùng hoàn toàn khẳng định điều chúng ta tin tưởng. Chẳng hạn, nếu nhận xét về một người là "ngạo mạn" thì chắc chắn chúng ta sẽ chọn những khía cạnh trong hành vi của họ giải thích theo cách ấy và hoàn toàn bỏ qua bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy rằng họ không phải là người ngạo mạn.

Sagar và Schofield (1980) tiến hành thí nghiệm trong đó số nam sinh da đen và da trắng ở 4 trường học khác nhau nghe kể chuyện và nhìn thấy ảnh chụp những loại hành động khác nhau, có thể hiểu là gây hấn hoặc không gây hấn. Chẳng hạn có ảnh một học sinh đụng vào người học sinh khác trong hành lang, ảnh khác chụp một học sinh thúc tay vào người học sinh khác trong lớp. Học sinh trong ảnh là người da đen hay da trắng. Sau khi nghe mô tả, các em này được yêu cầu đánh giá hành vi bằng việc chọn tính từ thích hợp để mô tả.

Hành vi mơ hồ được số nam sinh da đen lẫn da trắng hiểu là ở học sinh da đen mang tính đe dọa nhiều hơn học sinh da trắng, cho dù ảnh chụp đều giống hệt nhau trong mọi khía cạnh khác. Điều này cho thấy mong đợi có ảnh hưởng nhiều đến mức nào – do sơ đồ của chúng ta tạo ra – ảnh hưởng đến đánh giá xã hội của chúng ta. Dĩ nhiên, nếu hiểu một hành động là gây hấn thì chúng ta có khả năng phản ứng bằng thái độ gây hấn hơn là xem hành động ấy chỉ là vô tình. Đến lượt thái độ này khiến người khác có khả năng phản ứng cáu kỉnh hơn, thế là chúng ta bước vào chu kỳ tự thực hiện.

Chữ viết xã hội

Chữ viết xã hội là loại sơ đồ khác. Schank và Abelson (1977) mô tả hiểu biết xã hội của chúng ta dựa vào chữ viết xã hội, nên hiểu rõ điều gì, và bao gồm thông tin nào để có hiểu biết thích hợp cũng như kế hoạch và chuỗi hành động thích hợp. Chữ viết xã hội cũng sử dụng ảnh hưởng đáng kể đối với những gì chúng ta nhớ – đến mức độ chúng ta nhớ được nhiều loại thông tin khác nhau khi áp dụng những chữ viết khác nhau trong cùng một sự kiện.

Zadny và Gerard (1974) tiến hành thí nghiệm trong đó người tham gia nghiên cứu xem băng video quay cảnh hai sinh viên đi dạo quanh một tòa nhà, bàn chuyện ma túy và tội ăn cắp. Một nhóm người tham gia nghiên cứu được cho biết hai sinh viên này dự định ăn trộm trong tòa nhà, nhóm thứ hai được cho biết họ đang tìm ma túy, nhóm thứ ba được cho biết hai người đang chờ bạn đến. Khi sau này hỏi những người tham gia nghiên cứu rằng họ nhớ điều gì, họ nhớ lại thông tin liên quan đến chữ viết mà họ áp dụng. Chẳng hạn, những người nghĩ rằng sinh viên là kẻ trộm, nhớ lại những nơi dễ bị tấn công trong tòa nhà, chẳng hạn như thẻ tín dụng, cũng như trong cuộc chuyện trò liên quan đến tội ăn cắp nhiều hơn những người áp dụng chữ viết khác.

Fiske và Linville (1980) lập luận rằng khái niệm sơ đồ rất hữu ích đối với suy nghĩ ở con người vì giúp chúng ta đơn giản hóa thế giới xã hội. Bằng cách cung cấp cho chúng ta cách phác họa cùng lúc một dải rộng thông tin và trích lấy nguyên tắc chung để định hướng hành động từ phác họa này, sơ đồ giúp chúng ta giải quyết nhiều tình huống khác nhau hơn mức có thể nếu phải giải quyết riêng từng tình huống. Ngoài ra, vì sơ đồ liên tục được bổ sung, điều chỉnh khi kinh nghiệm xã hội phát triển, sơ đồ giúp chúng ta làm cho hành vi của mình thích nghi với yêu cầu xã hội phức tạp, đang thay đổi.

Các loại sơ đồ

Một số sơ đồ rất chung chung trong khi số khác cụ thể hơn nhiều. Chúng ta đã biết Schank và Abelson (1977) phát triển khái niệm chữ viết, là một loại sơ đồ đặc biệt, hướng dẫn hành động trực tiếp: đôi lúc còn được gọi là **sơ đồ sự kiện.** Chẳng hạn: nếu bước vào nhà hàng chúng ta biết khái quát rằng mình mong đợi điều gì và trong nhà hàng diễn ra chuỗi hành động gì: chúng ta biết "chữ viết" theo bản chất. Nếu chữ viết bị phá vỡ – chẳng hạn nhân viên phục vụ mang cà phê vào đầu bữa ăn – chúng ta nhận thức chữ viết mất định hướng. Dĩ nhiên, trong thực tế, chữ viết hầu như không hề bị phá vỡ, do đó tương tác xã hội diễn ra êm xuôi trên cơ sở hiểu biết chung về chữ viết ở tất cả những người tham gia.

Baron và Byrne (1984) nhận dạng một số loại sơ đồ khác rất phổ biến trong tương tác xã hội (xem Bảng 15.5). **Sơ đồ vai trò** là khuôn khổ chúng ta sử dụng khi quan hệ với người khác trong những mối quan hệ xã hội đặc biệt, cụ thể hóa từ trước. Chẳng hạn, một số sơ đồ vai trò gồm cách chúng ta suy nghĩ về hành vi có thể cũng như nhân cách của người giữ công viên hay của một giáo viên. Sơ đồ vai trò cũng giúp chúng ta rút ra những nguyên tắc chung liên quan đến các nhóm xã hội rộng hay nhiều nhóm người trong xã hội. Hamilton (1981) mô tả chúng như các quá trình nhận thức cơ bản làm cơ sở cho suy nghĩ rập khuôn và thành kiến mặc dù chúng có thể mở rộng hơn rất nhiều. Nghiên cứu lý thuyết nhân cách ẩn cũng thường đề cập sơ đồ vai trò nền tảng.

Loại sơ đồ khác được Baron và Byrne mô tả là **sơ đồ cá nhân.** Khi quen một người, chúng ta phát triển nhận xét ngày càng rõ ràng hơn về người ấy, giúp chúng ta dự đoán, và sử dụng sơ đồ này định hướng hành vi. Nếu bạn chuẩn bị mua tặng quà sinh nhật cho người khác, bạn cần dựa vào sơ đồ cá nhân về người bạn ấy, sử dụng nó để dự đoán (hay ít ra phán đoán hợp lý) người bạn ấy thích món quà nào. Chúng ta càng tương tác với người khác nhiều hơn thì hiểu biết của chúng ta về họ càng tinh vi hơn. Sơ đồ của chúng ta về người khác tích lũy nhiều thông tin hơn qua thời gian – dĩ nhiên bạn phải cởi mở để tiếp nhận sơ đồ ấy.

Bảng 15.5 Các loại sơ đồ

Sơ đồ sự kiện	Liên quan đến chuỗi hành động thích hợp trong một sự kiện hay một loại sự kiện cụ thể.
Sơ đồ vai trò	Liên quan đến hành vi và hoạt động thích hợp khi đảm nhận vai trò xã hội cụ thể.
Sơ đồ cá nhân	Liên quan đến hiểu biết và dự đoán về một cá nhân hay nhóm người cụ thể.
Sơ đồ cái tôi	Liên quan đến hiểu biết và đánh giá của chúng ta về bản thân.

Nguồn: Baron và Byrne, 1984

Sơ đồ cá nhân cũng mang tính chung chung hơn: chẳng hạn, khi quyết định rằng một người là "phụ nữ có sự nghiệp tiêu biểu" thì sơ đồ cá nhân chúng ta phát triển về họ sẽ tập trung vào những đặc điểm cụ thể mà mình nghĩ những người như thế chắc chắn phải có, thực ra chúng ta không để ý những khía cạnh trong hành vi của họ là rất khác nhau. Sơ đồ cá nhân chỉ liên quan đến tính độc đáo của một cá nhân cụ thể hay bao gồm một hình thức suy nghĩ rập khuôn hạn chế – khái quát hóa đặc điểm hay tính tình cụ thể của cá nhân ấy.

Nhóm sơ đồ thứ tư liên quan đến bản thân chúng ta: **sơ đồ cái tôi.** Một số người cho rằng mình có khái niệm về cái tôi ổn định trong khi người khác cho rằng khó nhận dạng hơn, nhưng tất cả chúng ta đều suy luận mình là ai từ nhận xét hành vi của chính mình. Từ điều này, chúng ta hình thành một dãy sơ đồ cá nhân dùng để dự đoán chắc chắn mình sẽ có hành động gì. Chẳng hạn, quá trình chọn một ngày nghỉ bao gồm dự đoán chúng ta sẽ thụ hưởng như thế nào: một số người thích các môn vận động trong khi người khác thích nằm sưởi nắng cả ngày. Chúng ta thường khá thành thạo trong việc dự đoán chính mình sẽ thích loại gì – mặc dù đôi lúc chúng ta cũng ngạc nhiên về cái tôi!

Quan niệm về sơ đồ bị chỉ trích vì quá mơ hồ, không đưa ra dự đoán rõ ràng. Nhưng Fiske và Taylor (1983) cho rằng sơ đồ là một khái niệm chứ không phải một lý thuyết hoàn chỉnh. Họ lập luận để thành công khái niệm sơ đồ cần được phát triển như một bộ phận trong việc tìm hiểu các quá trình xã hội theo lý thuyết rộng hơn. Chẳng hạn, họ cho rằng sơ đồ liên quan đến hiểu biết ở một người, trong khi quy kết liên quan đến cách con người áp dụng hiểu biết ấy. Do đó, khái niệm về sơ đồ và quy kết bổ sung chứ không phải kình chống nhau. Chúng ta sẽ nghiên cứu quy kết và quy kết giúp chúng ta hiểu tương tác xã hội ra sao.

SỰ QUY KẾT

Năm 1958, Fritz Heider cho rằng chúng ta luôn cố gắng tìm hiểu thế giới xã hội của mình, chúng ta làm điều này bằng cách hình thành quan điểm và lý thuyết về những gì đang diễn ra. Một số quan điểm và lý thuyết liên quan đến nhân quả quan trọng nhất mà chúng ta quy kết cho hành động hay sự kiện: tại sao một sự việc lại xảy ra hay tại sao một người hành động như thế? Heider (1958) cho rằng có 5 **mức độ trách nhiệm** chính là những gì cá nhân dự định muốn kết quả xảy ra trong thực tế nhiều đến mức nào, theo mô tả trong Bảng 15.6. Kết hợp lại, chúng tạo thành những loại **quy kết** hay suy nghĩ nhân quả khác nhau.

THUYẾT SUY LUẬN QUY KẾT

Thuyết suy luận quy kết là một trong nhiều hình thức của thuyết quy kết, tìm hiểu những yếu tố khác nhau góp phần vào những suy luận của chúng ta về trách nhiệm xã hội. Liệu chúng ta có xem một người chịu trách nhiệm đối với hành động của mình hay không tùy vào nhiều yếu tố gồm việc liệu chúng ta có nghĩ họ có khả năng hay không và tình huống đối với những việc họ đang làm quan trọng đến mức nào.

Jones và Davis (1965) cho rằng quy kết **chủ ý** là giai đoạn đầu trong việc phát triển lý do giải thích tại sao sự việc diễn ra. Một khi hành động được đánh giá là có cân nhắc, khi ấy chúng ta mới tìm đặc điểm hay đặc tính cá nhân tạo ra chủ ý của cá nhân ấy – tại sao họ muốn làm một việc như thế? Như thế, chúng ta đang thực hiện những gì mà Jones và Davis gọi là **suy luận tương ứng** – chúng ta suy luận về nhân cách hay khuynh hướng tương ứng trực tiếp với hành vi cá nhân.

Bảng 15.6 Năm mức độ trách nhiệm của Heider

Mức độ 1: *Liên kết chung* cá nhân đơn thuần liên kết với kết quả.

Mức độ 2: *Tính nhân quả* cá nhân là nguyên nhân tạo ra kết quả, nhưng vô tình hay theo cách không thể đoán trước.

Mức độ 3: *Khả năng biết trước* cá nhân vô tình tạo ra hành động nhưng có thể đoán trước rằng sự vô tình ấy có thể xảy ra.

Mức độ 4: *Chủ ý* hành động được tạo ra có cân nhắc nhưng không có biện minh.

Mức độ 5: *Biện minh* kết quả cố ý tạo ra có sự biện minh.

Nguồn: Heider, 1958

Tính ổn định, chủ ý và khuynh hướng

Thuyết suy luận tương ứng dựa trên 3 khái niệm, ban đầu do Heider phát triển năm 1944. Thứ nhất là con người có khuynh hướng tìm kiếm **nguyên nhân ổn định** giải thích tại sao sự việc diễn ra. Heider cho rằng chúng ta mong muốn tìm hiểu ý nghĩa những gì đang diễn ra trong thế giới có nghĩa rằng chúng ta thích nguyên nhân ổn định hơn là bất ổn. Nguyên nhân ổn định là nguyên nhân chắc chắn xảy ra thêm lần nữa, vì thế giúp chúng ta dự đoán điều gì có khả năng xảy ra trong lần sau. Theo định nghĩa, nguyên nhân bất ổn không cho chúng ta biết hướng dẫn nào về tương lai.

Khái niệm thứ hai liên quan đến **chủ ý**. Heider nhấn mạnh rằng đối với chúng ta điều quan trọng là phải có khả năng phân biệt giữa hành vi chủ ý và vô tình, vì nếu không chúng ta không thể đánh giá liệu một người có trách nhiệm đối với hành động của mình hay không. Chúng ta không thể hiểu hành động xã hội trừ phi chúng ta biết (hay cho rằng mình biết) liệu một người hành động có cân nhắc hay không.

Khái niệm thứ ba trong thuyết suy luận tương ứng là sự phân biệt giữa quy kết khuynh hướng và quy kết tình huống. **Quy kết khuynh hướng** xảy ra khi chúng ta kết luận rằng một người chính họ là nguyên nhân khiến cho sự việc xảy ra – vì khả năng, chủ ý hay nỗ lực của họ. Nhưng chúng ta tạo ra **quy kết tình huống** nếu kết luận chính tình huống hay tình huống bên ngoài là nguyên nhân khiến cá nhân hành động thteo cách ấy.

Suy luận tương ứng

Liên kết ba khái niệm này, Jones và Davis (1965) cho rằng chúng ta có khuynh hướng quy kết khuynh hướng so với quy kết tình huống. Khi quy kết chủ ý, chúng ta suy luận về hiểu biết của cá nhân khả năng họ có thể làm gì, và về khả năng của họ khi tiến hành hành động. Nói chung, chúng ta thường cho rằng họ hành động có cân nhắc hơn là vô tình trừ phi chúng ta có một số lý do đánh giá một người là không có khả năng – chẳng hạn vì họ quá trẻ hay trí năng không phù hợp. Một khi đánh giá hành động là do chủ ý. Chúng ta tìm đặc điểm cá nhân có thể tạo ra chủ ý ấy. Đây là **suy luận tương ứng** dùng để đặt tên cho thuyết.

Quan niệm cho rằng quy kết chủ ý tự động dẫn đến quy kết khuynh hướng bị Eiser (1983) phủ nhận, ông nêu rõ khuynh hướng và chủ ý không hẳn là như nhau. Chẳng hạn quy kết tính cẩu thả là một giải thích khuynh hướng nhưng quy kết về tiền bồi thường không hề có ngụ ý cá nhân đó cố ý làm hỏng. Eiser cho rằng thuyết suy luận tương ứng chỉ áp dụng trong những tình huống có một số yếu tố chọn lựa hơn là khả năng xảy ra mang tính vô tình hay tình cờ (Eiser, 1983).

Một số chứng cứ cho thấy khuynh hướng quy kết khuynh hướng nhiều hơn là quy kết tình huống có thể thay đổi bằng kinh nghiệm. Guimond và Palmer (1990) so sánh giải thích sự nghèo đói và thất nghiệp của sinh viên khi họ qua nhiều khóa học. Ở năm nhất, không có sự khác nhau giữa sinh viên khoa học xã hội, thương mại và kỹ thuật. Tuy nhiên, cuối năm nhất, bắt đầu xuất hiện sự khác nhau đáng kể, sinh viên khoa học xã hội chỉ trích hệ thống nhiều hơn sinh viên ngành khác.

Năm 1976, Jones và McGillis đưa ra một phiên bản sửa đổi thuyết suy luận tương ứng, giải thích chứng cứ ảnh hưởng của các yếu tố xã hội khi có quy kết khuynh hướng hay không. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu của Jones và Harris (1967) sinh viên Mỹ lắng nghe một bài phát biểu ngắn bày tỏ sự ủng hộ Fidel Castro, họ phải phát biểu thái độ thật sự của người nói là gì. ngay cả khi cho biết rằng người nói được phân công đề tài không được lựa chọn, khoảng 45% số người tham gia nghiên cứu đánh giá tin vào người nói. Điều này phù hợp với phiên bản ban đầu của thuyết suy luận tương ứng. Nhưng khi yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá một bài phát biểu mang tính quy ước nhiều hơn, tác dụng nhỏ hơn nhiều. Rõ ràng tiêu chuẩn xã hội ảnh hưởng đến đánh giá.

Tác dụng không phổ biến, thuyết nhân cách và sự có liên quan đến hưởng lạc

Thuyết suy luận tương ứng nhận dạng 3 yếu tố chính ảnh hưởng đến khả năng quy kết khuynh hướng của chúng ta. Một yếu tố trong số này gọi là **nguyên tắc tác**

dụng không phổ biến, liên quan đến một dãy hậu quả xảy ra do kết quả của hành động. Jones và Davis (1965) chứng minh rằng nếu chúng ta làm việc gì đó có một dãy rộng hậu quả (chẳng hạn khi trượt trong kỳ thi quyết định tương lai) thì con người có khả năng nghĩ đến những yếu tố tình huống, xem đó là nguyên nhân nhiều hơn khi có kết quả hạn chế hơn, và chỉ có một dãy hẹp hậu quả. Vì thế, chúng ta có khả năng nhận dạng những nguyên nhân khuynh hướng đối với sự kiện có kết quả hạn chế.

Hành động ảnh hưởng đến chúng ta ra sao cũng là hành động ảnh hưởng đến quy kết của chúng ta. Một yếu tố trong điều này là mức độ **thuyết nhân cách.** Thuyết nhân cách liên quan liệu một kết quả có tác động đến người nhận thức hay không (người đang quy kết). Bạn có khả năng đánh giá một hành động là chủ ý, vì thế mang tính khuynh hướng nếu ảnh hưởng đến cá nhân bạn: nếu một người làm gẫy bút của người khác thì bạn xem hành động ấy là vô tình nhiều hơn khi người khác làm gẫy bút của bạn khiến bạn không có gì để viết.

Cách khác mà hành động ảnh hưởng đến người quy kết là **sự có liên quan đến hưởng lạc.** Sự liên quan đến hưởng lạc liên quan đến việc liệu kết quả của hành động có kết quả thú vị hay khó chịu đối với người quy kết hay không: nếu hành động có kết quả tiêu cực hay tích cực (so với kết quả trung tính thì có thể suy luận tương ứng nhiều hơn – nói cách khác, hành động được đánh giá là cân nhắc nhiều hơn. Sự có liên quan đến hưởng lạc và thuyết nhân cách độc lập với nhau: chẳng hạn, việc giảm mức thuế thu nhập có sự liên quan đến hưởng lạc cao đối với những người đang làm việc nhưng thuyết nhân cách thấp.

Sai sót quy kết cơ bản

Có lẽ một trong những ngụ ý nổi tiếng nhất của thuyết suy luận tương ứng là **sai sót quy kết cơ bản.** Đây là khuynh hướng xem hành động của chính chúng ta phát sinh từ những yếu tố tình huống trong khi đồng thời đánh giá hành động của người khác phát sinh từ nguyên nhân khuynh hướng. Năm 1973, Nisbett *và người khác* yêu cầu nam sinh viên viết một đoạn văn giải thích tại sao mình mến bạn gái, tại sao họ chọn ngành học cụ thể. Sau đó viết tiếp đoạn văn khác về bạn thân nhất. Các nhà nghiên cứu nhận thấy sinh viên thường quy kết tình huống trong việc chọn môn học và bạn gái (chẳng hạn như cho rằng chọn ngành này có nhiều cơ hội xin việc hơn), nhưng quy kết khuynh hướng về bạn mình (chẳng hạn, "Bạn ấy thích toán").

Sai sót quy kết cơ bản là đề tài được nhiều người nghiên cứu. Ross, Amabile và Steinmetz (1977) tiến hành trò chơi câu đố, trong đó người tham gia nghiên cứu tình cờ được phân vai người hỏi hay thí sinh. Mặc dù cả người quan sát lẫn người tham gia đều biết rằng vai trò được chỉ định ngẫu nhiên nhưng dù sao họ cũng đánh giá người hỏi luôn hiểu biết nhiều hơn thí sinh, bỏ qua các biến số tình huống chẳng hạn như người hỏi được tự do chọn đề tài, do đó có thể chọn câu hỏi từ vốn kiến thức của riêng mình trong khi thí sinh không có sự chọn lựa như thế.

Sai sót quy kết được chứng minh trong đời sống thực cũng như trong các nghiên cứu phòng thí nghiệm. Chẳng hạn, trong một loạt nghiên cứu phỏng vấn với 34 nhà khoa học, Gilbert và Mulkay nhận thấy các nhà khoa học giải thích lý thuyết của chính mình bằng cách ám chỉ chứng cứ vật lý cụ thể (nói cách khác, yếu tố tình huống) nhưng giải thích quan điểm của đối thủ theo nghĩa đặc điểm nhân cách hay yếu tố khuynh hướng (Gilbert và Mulkay, 1984).

Người ta cho rằng sai sót quy kết cơ bản phát sinh là do chúng ta có quan điểm về tình huống khi đánh giá hành vi của chính mình khác với quan điểm khi chúng ta xét đến hành vi của người khác. Storms (1973) ghi hình một loạt các cuộc trao đổi giữa hai người, hai người ở hai bên sau đó những người tham gia nghiên cứu tham gia cuộc trao đổi theo từng bên. Storms nhận thấy điều này tạo ra sự thay đổi trong quy kết. Khi họ nhận xét hành vi của riêng mình từ quan điểm của người quan sát thì có quy kết khuynh hướng nhiều hơn, khi nhận xét cuộc trao đổi từ quan điểm người khác, họ có quy kết tình huống nhiều hơn đối với hành vi của người khác.

Mặc dù những nghiên cứu sau này về hiện tượng này có kết quả không chắc chắn nhưng có vẻ như thế việc sử dụng tiêu điểm trong nhận thức thị giác ở con người cũng ảnh hưởng đến sự quy kết ở mức độ nào đó. Nhưng điều này không hẳn có nghĩa rằng chính quan điểm là nguyên nhân dẫn đến sai sót quy kết. Có thể yêu cầu những người tham gia nghiên cứu nhận xét vấn đề từ hai phía báo cho họ biết rằng phải cố gắng công bằng, có thể cố gắng đánh giá hai phía này cũng ảnh hưởng đến sự quy kết ở người tham gia nghiên cứu.

Người ta cũng cho rằng sai sót quy kết cơ bản có thể mang tính đặc trưng văn hóa. Trong một nghiên cứu quy kết ở trẻ Hindu và trẻ Mỹ da trắng ở cùng độ tuổi, Miller (1984) nhận thấy trẻ Hindu có ít quy kết khuynh hướng và nhiều quy kết tình huống hơn trẻ em Mỹ. Ngoài ra, sự khác nhau này tăng dần có hệ thống cùng với độ tuổi: trong khi ở trẻ 8 tuổi sự khác nhau không đáng kể, nhưng ở trẻ 11 tuổi thấy rõ sự khác nhau hơn, và thậm chí khác nhau nhiều hơn nữa ở trẻ 15 tuổi. Miller cho rằng quy kết nhân quả hoàn toàn không lệ thuộc vào lịch sử riêng tư của cá nhân mà do sự xã hội hóa trong một văn hóa cụ thể. Tuy nhiên, Lalljee (1991) lập luận trong nghiên cứu có những sai lầm đáng kể về phương pháp luận, nhất là liên quan đến việc liệu các em trong nghiên cứu có quen biết những người yêu cầu các em quy kết hay không. Trẻ Hindu khó đối xử công bằng đặc biệt đối với những người mà các em không biết.

Guimond, Bégin và Palmer (1989) nhận thấy rằng sai sót quy kết thay đổi hoàn toàn trong nghiên cứu so sánh quy kết về sự nghèo đói ở sinh viên khoa học xã hội và ở những người nghèo, đang thất nghiệp trong cùng độ tuổi. Người thất nghiệp thường quy kết khuynh hướng trong khi sinh viên quy kết tình huống. Guimond và Palmer (1990) cho rằng nghiên cứu này chứng minh những loại quy kết đều liên quan trực tiếp đến cách định nghĩa thực tại của nhóm xã hội và liên kết điều này với nghiên cứu **mô tả xã hội** mà chúng ta khảo sát ở cuối chương này.

Thành kiến phục vụ cái tôi

Một khía cạnh khác trong cách chúng ta quy kết liên quan đến sai sót quy kết cơ bản nhưng không phải là vấn đề như nhau được biết với tên gọi **thành kiến phục vụ cái tôi**, liên quan đến cách chúng ta đưa ra những quy kết giúp mình nhận xét về bản thân theo cách có lợi, nhất là khi cố giải thích tại sao chúng ta thành công hay thất bại trong một việc gì đó. Miller và Ross (1975) mô tả một số nghiên cứu quy kết cho thấy khi thành công, chúng ta thường quy kết là do nguyên nhân khuynh hướng, trong khi thất bại quy kết là do nguyên nhân tình huống: "Tôi thi đậu kỳ thi sinh học vì tôi giỏi môn này, nhưng thi rớt môn tiếng Pháp vì ngay tuần thi cô Millie đến chơi, nên tôi không có thời gian ôn bài".

Có nhiều giải thích về thành kiến phục vụ cái tôi. Một giải thích có thể là chúng ta thích trình bày ấn tượng có lợi cho người khác biết để "giữ thể diện". Nếu giải thích thất bại là một việc gì đó chúng ta không thể tránh được, có nghĩa là chúng ta tránh người khác xem mình là ngu ngốc hay bất lực, và giải thích thành công là do năng lực cá nhân của chính mình cũng làm cho chúng ta có vẻ tốt hơn. Jones và Berglas (1978) cho rằng người nghiện rượu uống rượu quá nhiều một phần để tránh quy kết cá nhân đối với sự thất bại – bằng cách quy kết hoạt động giảm sút của mình là do rượu, họ cố tránh quy kết mình thiếu khả năng. Người ta mô tả chiến lược này là **chiến lược tự cản trở,** cung cấp cho cá nhân một lời bào chữa làm sẵn đối với thất bại tiềm năng.

Giải thích khác là quan điểm cho rằng thành kiến phục vụ cái tôi giúp chúng ta bảo vệ lòng tự trọng của mình. McFarland và Ross (1982) cung cấp sự phản hồi sai cho người tham gia nghiên cứu về kết quả của họ khi giải quyết nhiệm vụ tương đối khó, và yêu cầu người tham gia giải thích tại sao họ có kết quả tốt hay xấu. Họ nhận thấy người tham gia quy kết hành động của mình theo khuynh hướng dựa vào thành tích nhưng những người quy kết thất bại do thiếu khả năng cũng thường có khuynh hướng có lòng tự trọng ở mức rất thấp. Nhưng dĩ nhiên nghiên cứu này chỉ cho thấy rằng tự trọng và loại qui kết tương quan với nhau chứ không chứng minh rằng chúng ta thay đổi quy kết để bảo vệ lòng tự trọng.

KHÍA CẠNH QUY KẾT

Thuyết suy luận tương ứng nhận dạng nhiều cách thay đổi quy kết. Một trong những phân biệt đầu tiên, như chúng ta đã biết, là giữa quy kết bên trong hay khuynh hướng và quy kết bên ngoài hay tình huống. Sự phân biệt này cũng dẫn đến những quan điểm khác. Năm 1966, Rotter cho rằng có những mẫu không đổi, dễ phân biệt trong cách quy kết có thể phân loại theo nghĩa rộng thành quy kết bên trong và bên ngoài, điều này dẫn đến khái niệm **quỹ tích kiểm soát,** mà chúng ta đã xét đến trong Chương 13, tỏ ra rất hữu dụng trong thực tế liệu pháp. Tuy nhiên, dần dần điều dễ thấy là quy kết bên trong không phải lúc nào cũng kiểm soát được, và khả năng có thể kiểm soát được xem là một khía cạnh khác. Khi nghiên cứu tiếp diễn, xuất hiện nhiều khía cạnh khác.

Năm 1976, Weiner, Nierenberg và Goldstein cho rằng cần phải bổ sung khía cạnh tính nhân quả, phân biệt giữa nguyên nhân mang tính nhất thời, dao động (như tâm trạng hay thời tiết) và nguyên nhân ổn định, kéo dài (như năng khiếu hay khả năng). Mikulincer (1988) nghiên cứu mối quan hệ giữa tình trạng bất lực tập quen và tính ổn định của quy kết. Những nghiên cứu tham gia nghiên cứu đến từ các đại học Bar-Ilan và Tel Aviv được yêu cầu giải nhiều bài toán trông có vẻ như thể họ biết cách giải nhưng thực tế thì không. Họ nhận được hướng dẫn khuyến khích quy kết, kết quả là do nguyên nhân ổn định hay bất ổn. Những người có quy kết ổn định về sau giải các bài toán có thể giải được dễ dàng tệ hơn những người có quy kết bất ổn rất nhiều.

Abramson, Seligman và Teasdale (1978) cho rằng điều quan trọng là nên phân biệt giữa những nguyên nhân áp dụng chỉ một hay hai tình huống và những nguyên nhân áp dụng chung cho nhiều bối cảnh khác nhau. Chẳng hạn bạn quy kết không giải một bài toán được không phải là do không giỏi môn toán, chỉ áp dụng **quy kết riêng** trong việc giải toán hay có thể cho đó là trí năng kém, **quy kết chung** thích hợp trong nhiều tình huống khác.

Pasahow (1980) yêu cầu người tham gia nghiên cứu nên có quy kết chung hay riêng khi không giải quyết được những vấn đề trong phòng thí nghiệm, và nhận thấy những người thường đưa ra quy kết chung trong các công việc sau này thực hiện tệ hơn những người có quy kết riêng. Tương tự, Mikulincer (1986) nhận thấy việc sử dụng quy kết do những người thất bại chỉ trong một công việc có vẻ tạo ra tình trạng bất lực khi những người tham gia nghiên cứu có quy kết chung, nhưng không có vẻ bất lực khi họ đưa ra quy kết riêng. Tuy nhiên điều này cũng chịu ảnh hưởng bởi thái độ của người tham gia khi nghĩ rằng mình có thể kiểm soát tình huống nhiều đến mức nào.

Năm 1986, Stratton *và người khác* mô tả một hệ thống mã hóa quy kết trong diễn tiến trò chuyện hàng ngày. Họ phát triển mô hình này từ nghiên cứu liệu pháp tại gia, cung cấp cho họ số lượng tư liệu đáng kể dưới hình thức trò chuyện (tất cả gia đình tham gia nghiên cứu đều đồng ý dữ liệu của mình được sử dụng trong nghiên cứu, dĩ nhiên). Stratton *và người khác* nhận thấy rằng phân tích quy kết ở con người rất đáng giá trong việc giúp đỡ các nhà trị liệu nhận dạng nên chú ý đến những lĩnh vực hữu ích nào. Từ dữ liệu này, họ phát triển Hệ thống mã hóa quy kết Leeds (Stratton *và người khác*, 1988), liệt kê 5 khía cạnh quy kết mô tả trong Chương 9 (Bảng 9.1, trang 208). Sau khi phát triển, hệ thống này được sử dụng trong nhiều bối cảnh khác nhau kể cả nghiên cứu tổ chức và tiếp thị cũng như liệu pháp tại gia.

Trong một minh họa, Stratton và Swaffer (1988) nghiên cứu liệu bố mẹ có con bị lạm dụng có những quy kết về con mình khác với quy kết của các bà mẹ khác hay không. Họ có ba nhóm: một nhóm các bà mẹ có con được xem là bị lạm dụng, một nhóm các bà mẹ có cùng địa vị xã hội, và một nhóm bao gồm các bà mẹ có con khuyết tật, họ hành động như một sự kiểm soát đối với lượng căng thẳng chung trong gia đình. Các bà mẹ theo dõi con cái, trò chuyện với chúng khi trẻ đang chơi một đồ chơi đặc biệt gọi là "ngôi nhà ngẫu nhiên". Trò chơi này nhằm mục đích đưa ra tình huống khó xử cho trẻ giải quyết, sao cho các nhà nghiên cứu hiểu được mức độ kiên nhẫn ở trẻ. Trò chơi cũng giúp cho các bà mẹ biết cách trò chuyện với con cái.

Stratton và Swaffer nhận thấy các bà mẹ của số trẻ bị lạm dụng có những quy kết rất khác nhau về con mình trong khi chuyện trò. Họ xem bản thân không kiểm soát nhiều bằng các bà mẹ khác, hành vi của con họ là do từ nguyên nhân bên trong. Stratton và Swaffer cho rằng suy nghĩ của các bà mẹ về con mình có thể là yếu tố nhân quả quan trọng trong việc lạm dụng con cái: nếu bạn xem hành vi của con mình là không thể kiểm soát được chắc chắn bạn sẽ thất vọng và giận dữ hơn. Hình thức liệu pháp tại gia mà các bà mẹ này tiếp nhận tập trung vào việc hướng dẫn họ cách tác động đến hành vi con cái, sao cho họ có cảm giác kiểm soát nhiều hơn và ít thất vọng hơn.

THUYẾT HIỆP BIẾN

Thuyết hiệp biến quy kết lần đầu tiên do Kelley phác họa năm 1967, sau đó được bổ sung vào năm 1973. Thêm một lần nữa thuyết này liên quan đến việc liệu cá nhân có xem một hành động hay sự kiện đang diễn ra là kết quả của những nguyên nhân bên ngoài hay bên trong. Kelley cho rằng để quyết định liệu nguyên nhân là bên ngoài hay bên trong, chúng ta xét đến 3 khía cạnh cụ thể của tình huống: tính nhất quán, sự nhất trí và sự đặc biệt.

Tính nhất quán liên quan đến cách cá nhân hành động trong những trường hợp trước đây như thế nào – trong lần này những gì họ làm có nhất quán với những gì đã làm trước đây hay không? **Sự nhất trí** liên quan đến cách những người khác hành động ra sao trong cùng tình huống – những việc họ làm có giống như người khác đã từng làm hay không? **Sự đặc biệt** liên quan đến mục đích của hành động – cá nhân hành động theo cách này để hướng đến mục đích cụ thể hay hành động theo cách này để hướng đến các mục đích khác? Mẫu hiệp biến, theo Kelley, quyết định liệu nguyên nhân sự kiện sẽ được quy kết thành nguồn bên ngoài hay bên trong.

Năm 1972, McArthur đưa cho người tham gia nghiên cứu câu "John cười diễn viên hài", sau đó sử dụng một trong 3 biến số này để xem người tham gia nghiên cứu có những quy kết gì. Bảng 15.7 sử dụng một minh họa khác để tìm hiểu một số cách khác nhau phối hợp 3 khía cạnh và những loại quy kết mà chúng đưa đến.

Tính nhất quán ám chỉ cách cá nhân hành động trong những tình huống tương tự đối với những dịp khác. Vì thế, nếu chúng ta biết rằng Sheila luôn mua bột giặt Ecover, chúng ta sẽ đánh giá hành động của cô theo một cách nào đó, tuy nhiên nếu biết rằng trước đây cô không mua bột giặt Ecover, chúng ta sẽ đánh giá hành động của cô theo cách khác. Sự nhất trí xem liệu người khác có phản ứng theo cách tương tự hay không: nếu Sheila là người duy nhất chúng ta biết sẽ mua bột giặt Ecover thì sẽ đoán hành vi của cô khác với cách chúng ta đoán khi ai cũng biết chúng ta cũng biết mua bột giặt Ecover. Sự đặc biệt là liệu hành động chỉ diễn ra với kích thích cụ thể ấy chứ không phải kích thích khác. Vì thế nếu Sheila hầu như luôn mua các sản phẩm gia dụng không hại môi trường mà chỉ mua bột giặt Ecover, điều này là sự đặc biệt đáng kể. Trái lại, Sheila luôn mua sản phẩm gia dụng nhạy cảm về sinh thái thì điều này là sự đặc biệt không đáng kể, dẫn đến một quy kết khác.

Tìm kiếm thông tin thích hợp

Kelley cho rằng con người sẽ tìm thông tin về 3 nguồn thông tin này, và hình thành những quy kết dựa theo chúng. Những phối hợp khác nhau của 3 nguồn ngụ ý quy kết khuynh hướng hay tình huống. Chẳng hạn, nếu Sarah là người duy nhất nêu câu hỏi trong bài giảng tâm lý học phát triển (sự nhất trí thấp), cô luôn hỏi (tính nhất quán cao) và cô không hỏi trong các giờ học khác (sự đặc biệt cao), chúng ta kết luận chính sự quan tâm Sarah trong môn tâm lý học phát triển là nguyên nhân khiến cô quy kết khuynh hướng.

Nhưng nếu chúng ta nhận thấy trong các giờ học khác Sarah cũng đặt câu hỏi (sự đặc biệt thấp), trong giờ học tâm lý học phát triển đôi khi cô đặt câu hỏi nhưng không phải luôn luôn (tính nhất quán thấp) và mọi người khác cũng đặt câu hỏi (sự nhất trí cao) thì khi đó chắc chắn chúng ta kết luận rằng việc cô hỏi một câu cụ thể trong giờ học tâm lý học phát triển là do tình huống tạo ra – có thể giáo viên không giải thích vấn đề rõ ràng.

Bảng 15.7 Các mẫu hiệp biến

Cao *(Sheila luôn mua bột giặt Ecover)*	Thấp *(Người khác cô biết không mua sản phẩm nhạy cảm sinh thái)*	Thấp *(Sheila mua các sản phẩm nhạy cảm sinh thái khác)*	Cá nhân *(Chính vì cam kết cá nhân của Sheila với các vấn đề sinh thái)*
Cao *(Sheila luôn mua bột giặt Ecover)*	Cao *(người khác cũng mua bột giặt Ecover)*	Cao *(Sheila không mua các sản phẩm nhạy cảm sinh thái khác)*	Thực thể *(Chính vì bột giặt Ecover rất tốt)*
Thấp *(Sheila không mua bột giặt Ecover trước đây)*	Thấp *(Người khác cô biết không mua sản phẩm nhạy cảm sinh thái)*	Cao *(Sheila không mua các sản phẩm nhạy cảm sinh thái khác)*	Tình huống *(Chính vì có điều gì đặc biệt về trường hợp này)*

Ý kiến chỉ trích thuyết hiệp biến

Lalljee (1981) phủ nhận giả định của Kelley cho rằng sự đặc biệt, nhất trí và nhất quán hình thành cơ sở quy kết, nêu rõ những người đang cố gắng giải thích một sự kiện mang nhiều hiểu biết đã có trước kia áp đặt vào vấn đề – họ không chỉ áp dụng "công thức" đã định sẵn mặc dù chúng ta sử dụng 3 tiêu chuẩn theo Lalljee chúng ta không hề sử dụng một cách máy móc. Chẳng hạn khi chúng ta đồng ý "tất cả họ đều ăn mặc như thế" như lời giải thích tại sao một thiếu nữ kia ăn mặc với trang phục ấy, chúng ta không chấp nhận "tất cả họ đều làm như thế" như lời giải thích tại sao một người phạm tội ăn cắp. Điều này không thể xem là giải thích thích hợp. Tương tự, khi nói "anh ấy luôn làm thế" sẽ thích hợp khi giải thích tại sao một người có thói quen đi dạo vào lúc 6 giờ tối, nhưng điều này không thể là lời giải thích, nếu chúng ta cố gắng giải thích tại sao một người đi dạo vào lúc nửa đêm.

Lalljee cho rằng giải thích luôn đi kèm với lý do vì thế không thực tế khi xét lời giải thích của một người nhưng không tìm hiểu lý do tại sao họ đưa ra giải thích ấy. Chú ý đến quy kết trong bối cảnh giữa cá nhân với nhau theo cách này có nghĩa chúng ta tính đến 4 lĩnh vực khác nhau trong hiểu biết xã hội. Thứ nhất là những gì chúng ta giả định người khác đã **biết** – họ có biết người khác mong đợi ở mình điều gì trong tình huống này hay không? Thứ hai là **mối quan hệ** giữa hai người đang giao tiếp, gồm các yếu tố như vai trò xã hội và sự sáp nhập. Câu "tôi không thể quyết định mình mặc quần áo gì" có thể là lời giải thích hoàn toàn thích hợp khi bạn đi trễ hay nói chuyện với bạn bè, nhưng không thích hợp khi bạn giải thích sự đi trễ của mình với người chủ hay giáo viên.

Lĩnh vực thứ ba trong hiểu biết xã hội là **chủ đề** hay ngụ ý hành động của lời giải thích. Chẳng hạn, lý do một người đưa ra để dời nhà có thể khác nhau tùy vào sự quan tâm của những người mà họ đang trò chuyện. Lĩnh vực quan trọng thứ tư trong hiểu biết xã hội mà Lalljee cho rằng ảnh hưởng đến các loại quy kết bao gồm **hậu quả** của lời giải thích giữa cá nhân với nhau. Nếu lời giải thích cụ thể chắc chắn tạo ra sự hiểu lầm hay khó chịu, chúng ta sẽ tìm giải thích khác. Bằng cách phân tích bối cảnh xã hội của cuộc trò chuyện cũng như tính chất máy móc đơn giản của quá trình quy kết, theo Lalljee chúng ta có khả năng làm cho lời giải thích trong đời sống thực phù hợp nhiều hơn nữa.

NHẬN THỨC LUẬN THẾ TỤC

Năm 1983, Kruglanski, Baldwin và Towson cho rằng nghiên cứu quy kết theo truyền thống quá quan tâm về tính máy móc khi con người xử lý thông tin, thực ra không xét đến sở thích cá nhân và động cơ thúc đẩy, cũng không tính đến việc con người thay đổi suy nghĩ. Đôi khi chúng ta nghĩ lại những quy kết mình đã đưa ra – quyết định rằng có một lý do khác giải thích tại sao sự việc đã diễn ra – điều quan trọng là phải tìm hiểu sự việc này diễn ra như thế nào.

Năm 1980, Kruglanski đưa ra thuyết **nhận thức luận thế tục**, cho rằng chúng ta cần để ý đến cách con người tìm kiếm hiểu biết và ý tưởng của họ cố định hay không bị xơ cứng ra sao. Nhận thức luận là nghiên cứu những gì giải thích như là hiểu biết và hiểu biết được hình thành ra sao, vì thế nhận thức luận thế tục liên quan đến việc con người bình thường (thế tục trái với người thành thạo) hình thành và sử dụng hiểu biết của mình trong đời sống thường nhật ra sao.

Giống như Kelly (1955) hay Heider (1958), Kruglanski xem con người đưa ra các giả thuyết để giải thích những gì họ trải qua trong thế giới xung quanh. Thực ra mặc dù hầu hết mọi người không phải lúc nào cũng đưa ra các giả thuyết mới. Thay vào đó, chúng ta chọn nhiều thông tin, cho đó là mặc nhiên, không nghĩ tiếp về thông tin ấy nữa. Khi đối mặt với kinh nghiệm mới, chúng ta phát triển nhiều giả thuyết thay thế để giải thích. Nước từ trên trời rơi xuống giải thích theo nhiều cách – nước mưa, chim bị ướt, một ai đó dùng vòi xịt, một nhóm hiệu ứng đặc biệt đang quay phim, v.v... mặc dù chúng ta không tạo ra tất cả những khả năng có thể khác nhau này – chúng ta chỉ kết luận rằng trời mưa, và chỉ đặt câu hỏi nếu như có điều gì đó khác thường.

Giải thích xơ cứng

Thậm chí với những sự kiện đặc biệt hơn, theo Kruglanski, chúng ta chỉ thường phát triển 1, 2 ý kiến, sau đó chọn một giả thuyết cụ thể để làm giải thích. Những gì diễn ra là suy nghĩ trở nên **xơ cứng**, chúng ta chỉ chấp nhận một ý kiến và loại bỏ bất kỳ ý kiến thay thế nào khác. Ross, Lepper và Hubbard (1975) yêu cầu người tham gia đánh giá một loạt các trường hợp tự tử trong quỹ cho dù họ có thật tình hay không. Sau đó họ đưa thông tin phản hồi sai về kết quả đánh giá của người tham gia nghiên cứu. Sau này, các nhà nghiên cứu thú nhận rằng thông tin phản hồi là sai và đưa cho người tham gia nghiên cứu xem bảng danh sách phân bố ngẫu nhiên của người thí nghiệm. Nhưng khi bị nghi vấn, người tham gia nghiên cứu vẫn còn tin những điều họ nghe lúc đầu – nói chung họ không để ý đến thông tin mới.

Kruglanski, Baldwin và Towson mô tả một nghiên cứu theo dõi, tái tạo những chứng cứ này thành công, nhưng sau đó cho một nhóm người tham gia nghiên cứu biết đánh giá của riêng mình, cho thấy rằng họ vẫn còn suy nghĩ sai, so với số điểm thực tế của họ được công bố, vì thế những người khác có thể nhận thấy họ không điều chỉnh suy nghĩ của mình. Người ta cho những người tham gia biết rằng điều quan trọng là phải có khả năng nhận thức về mình cho đúng. Không như những người khác, những người tham gia nghiên cứu này có thể làm suy nghĩ của mình "không xơ cứng" và học cách kiểm soát để thực hiện công việc ra sao.

Năng lực và động cơ thúc đẩy

Kruglanski (1980) cho rằng liệu một suy nghĩ cụ thể có xơ cứng hay không tùy vào hai yếu tố: **năng lực** và **động cơ thúc đẩy**. Đối với năng lực, Kruglanski muốn đề cập khả năng tạo ra giả thuyết thay thế đối với một chủ đề đã cho, điều này lệ thuộc vào việc hiểu biết trước đây của cá nhân nhiều hay ít, chứ không phải "khả năng". Chẳng hạn, một số người có sở thích là thích tìm hiểu động cơ ô tô có khả năng tạo ra nhiều giả thuyết hơn khi ô tô hỏng máy, nhiều hơn một người không biết gì về máy móc.

Năng lực cũng tùy vào việc liệu giả thuyết luôn có sẵn hay không – nói cách khác liệu chúng ta có nhớ đến giả thuyết vào một thời điểm cụ thể hay không. Đến lượt điều này chịu ảnh hưởng bởi những yếu tố như sự gần đây và sự liên quan. Nếu tôi chỉ đọc về các mức độ trong lý thuyết xử lý chẳng hạn (xem Chương 3), chắc chắn tôi sẽ khuyên một người sắp thi cách nghiên cứu thông tin ra sao. Trái lại, nếu tôi tiến hành khóa kiểm soát căng thẳng (xem Chương 13), chắc chắn tôi sẽ đưa ra lời khuyên làm giảm căng thẳng.

Theo Kruglanski, động cơ thúc đẩy tùy vào 3 yếu tố, theo liệt kê trong Bảng 15.8. cùng với các vấn đề khác, chúng cho chúng ta biết đôi khi thực ra không phải là điều quan trọng khi suy nghĩ của mình đúng hay không, với điều kiện phục vụ cho mục đích của riêng chúng ta. Chẳng hạn, nếu chúng ta biết một người chỉ ở mức độ qua loa, thì đối với chúng ta việc họ ở dơ không phải là điều quan trọng. Vì thế chúng ta thường chấp nhận hay làm xơ cứng một suy nghĩ cho rằng họ cũng được ngay cả khi lúc nào cũng thấy

Bảng 15.8 Động cơ thúc dẩy làm suy nghĩ xơ cứng

Nhu cầu cấu trúc: Chúng ta phải sắp xếp những gì mình biết theo cách giống như cung cấp lời hướng dẫn hành động rõ ràng. Chúng ta cũng ra quyết định nhanh, vì thế chọn những gì có vẻ là giả thuyết thích hợp nhất và phát triển nó, bỏ qua các giả thuyết khác.

Điều chúng ta muốn nghĩ: Con người có giá trị cá nhân, suy nghĩ và hình ảnh về bản thân, có khuynh hướng chọn lọc những suy nghĩ nào thích hợp với mình.

Nhu cầu tính giá trị: Nói chung, chúng ta không tin vấn đề nếu biết rằng chúng không đúng nhưng đôi khi vấn đề đúng hay không lại không quan trọng. Nhu cầu tính giá trị của chúng ta thay đổi theo tình huống.

Nguồn: Kruglanski và người khác, 1983

họ đầy cáu bẩn. Trong minh họa này, chúng ta có **nhu cầu tính giá trị** thấp, vì thế có thể đối phó với sự không nhất quán giữa những gì mình quan sát và những gì mình tin tưởng.

Nhưng nếu chúng ta ở chung phòng với cá nhân ấy, nhu cầu tính giá trị xem xét rằng suy nghĩ cụ thể ngày càng quan trọng hơn, cá nhân ấy cáu bẩn hóa ra cũng là người nhếch nhác, lười biếng, v.v... Vì thế trong trường hợp này, nhu cầu tính giá trị cao của chúng ta sẽ không làm suy nghĩ xơ cứng, chúng ta sẽ cởi mở đối với nhiều khả năng có thể khác. Lúc ấy, nhu cầu tính giá trị cao cho chúng ta động cơ cởi mở tùy chọn suy nghĩ của mình, để thu thập nhiều thông tin hơn.

Kruglanski, Baldwin và Towson (1983) cho rằng thuyết nhận thức luận thế tục này cung cấp một khuôn khổ giúp chúng ta phác họa và tìm hiểu ý nghĩa của nhiều khía cạnh khác nhau trong nghiên cứu quy kết. Nói chung, thuyết giúp chúng ta nghiên cứu cẩn thận hơn về động cơ thúc dẩy liên quan như thế nào. Chứ không phải đơn thuần là một đặc biệt tùy chọn, động cơ thúc đẩy được hình thành trên sự quy kết và suy luận của chúng ta. Trong khi thuyết hiệp biến giới thiệu quá trình quy kết như thế là một quá trình hoàn toàn hợp lý thì Kruglanski lập luận rằng quy kết vừa hợp lý vừa là động cơ thúc đẩy. Chúng hợp lý vì được suy diễn logic, nhất quán theo chứng minh của Heider và các lý thuyết gia quy kết khác, nhưng cũng là động cơ thúc đẩy việc phản ánh nhu cầu cấu trúc, kết luận và tính giá trị ở con người.

THUYẾT MÔ TẢ XÃ HỘI

Những gì được xem như lời giải thích có thể chấp nhận cũng chịu nhiều ảnh hưởng bởi suy nghĩ chung trong xã hội nói chung hay bởi nhóm xã hội cụ thể mà chúng ta là thành viên. Như chúng ta đã biết trong Chương 14, thuyết mô tả xã hội xuất hiện trong bối cảnh phải tìm hiểu kinh nghiệm của người châu Âu dưới thời Đức quốc xã, giữa thế kỷ 20, cũng như phản ứng đối với tâm lý học xã hội định hướng hành vi do chủ nghĩa cá nhân Mỹ chi phối. Nhưng nguồn gốc của thuyết có từ năm 1898 được nhà xã hội học Emile Durkheim phân biệt giữa mô tả thực tại cá nhân và tập thể. Durkheim cho rằng đời sống xã hội bao gồm một mức độ qua đó cách hiểu thực tại của tập thể phát triển trong xã hội hay nhóm xã hội, được những người tham gia đời sống xã hội chia sẻ và chọn làm "chân lý". Những quan điểm này được nhà tâm lý học người Pháp Serge Moscevici tán thành, ông chứng minh hiểu biết tập thể được cá nhân chấp nhận và kết hợp vào cách suy nghĩ của mình ra sao.

Moscevici (1984) cho rằng mô tả xã hội chung do một nhóm hay xã hội tán thành là những gì giúp con người giao tiếp hiệu quả và đi đến một quan điểm thống nhất về thực tại. Mô tả này cũng định hướng hành động xã hội, là sự liên kết giữa nhận thức cá nhân và ý thức hệ xã hội. Suy nghĩ mà chúng ta đang có có thể ảnh hưởng nhiều đến cách chúng ta hành động. Chẳng hạn, Herzlich (1973) chứng minh một bác sĩ cho rằng bệnh tật bất nguồn từ nguyên nhân vật lý, có thể quyết định đi đến phẫu thuật những bệnh nhân than đau, nhưng không hề có nguyên nhân vật lý, chỉ mắc chứng bệnh tưởng, do đó cách điều trị không giá trị. Bác sĩ khác nghĩ rằng bệnh tật cũng có nguồn gốc tâm lý, nghĩ cách điều trị cho bệnh nhân như thế dưới dạng tâm lý liệu pháp. Lý thuyết nền tảng của mỗi bác sĩ quyết định cách điều trị bệnh nhân.

Theo Moscevici, nếu chúng ta phải hiểu tại sao con người suy nghĩ và hành động theo cách như thế, thì cần phải nghiên cứu mô tả thế giới xã hội sâu sắc – lý thuyết về con người hay tính chất thực tại – làm nền tảng cho suy nghĩ của chúng ta. Qua thời gian, mô tả xã hội của chúng ta thay đổi cùng với sự thay đổi của xã hội. Fischler (1980) chứng minh thay đổi trong mô tả xã hội về những gì cấu thành một chế độ ăn uống chấp nhận phản ánh thay đổi kinh tế, xã hội diễn ra trong xã hội phương Tây trong hơn nửa thế kỷ qua. Một số những thay đổi này liên quan đến sản xuất, phân phối và tiêu thụ thực phẩm, trong khi những thay đổi khác quan tâm đến việc chấp nhận cách sống mới, trên cơ sở tiêu dùng bao gồm nhiều cách ẩm thực khác nhau – chẳng hạn như thức ăn nhanh, bánh snack hơn là những bữa ăn thịnh soạn. Tương tự, Jodelet mô tả thay đổi trong mô tả xã hội về cơ thể "lý tưởng" có thể hiểu theo nghĩa tác động của phong trào thanh niên, giải phóng phụ nữ và các yếu tố xã hội khác (Jodelet, 1991).

Mô tả xã hội cung cấp một khung giả định xã hội trong đó con người được xã hội hóa. Và khung này có nhiều hình thức: chẳng hạn, suy nghĩ hữu khuynh thường mang đặc điểm quy kết bên trong, trong khi suy nghĩ tả khuynh chấp nhận quy kết bên ngoài trong việc giải thích hành vi con người (Moscovici, 1984). Một nghiên cứu lý thú minh họa điều này do Echabe và Paez-Rovira tiến hành năm 1989. Họ yêu cầu người lớn, khoảng tuổi 35, đưa ra lời giải thích cho lý do lan tràn và nhiễm hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải (AIDS). Các nhà nghiên cứu nhận thấy những người tham gia nghiên cứu chia thành hai nhóm. Một nhóm đổ lỗi cho cá nhân: AIDS được cho là do hành vi quan hệ tình dục trái đạo đức làm phát sinh và lây nhiễm, và những người liên quan được cho rằng phải mắc bệnh này: quy kết bên trong. Nhóm khác có mô tả xã hội phóng khoáng hơn xem những người mắc bệnh là nạn nhân không may của bệnh truyền nhiễm – quy kết bên ngoài.

Echabe và Paez-Revira cũng nhận thấy rằng người tham gia nghiên cứu rất chọn lọc thông tin họ tán thành. Khi được cung cấp thông tin kỹ thuật về AIDS, họ chỉ nhớ lại thông tin nào phù hợp với mô tả đã có trước đây của mình trong khi loại bỏ thông tin mâu thuẫn. Mô tả xã hội của họ thực sự quyết định những gì họ cho là giải thích giá trị – chúng là những yếu tố nhân quả chứ không phải ảnh hưởng của nhận thức.

MÔ TẢ XÃ HỘI VÀ NHẬN THỨC XÃ HỘI

Lý thuyết mô tả xã hội dựa trên nguyên tắc cho rằng suy nghĩ hình thành một môi trường xã hội và có khả năng định dạng thực tế mà chúng ta trải qua. Moscovici (1984) cho rằng thật là ảo tưởng khi nghĩ rằng chúng ta nhận thức thực tế trực tiếp, với những lý do liệt kê trong Bảng 15.9. Nhưng mô tả xã hội là những lý thuyết về thế giới là gì, hay sự việc diễn ra ra sao mà chúng ta sử dụng để giải thích, tìm hiểu thế giới quanh mình.

Bảng 15.9 Vấn đề nhận thức thực tại

1 Chúng ta không nhận thấy nhiều vấn đề là đúng trước mắt.

2 Một số điều chúng ta cho là mặc nhiên hóa ra chỉ là ảo tưởng – như trái đất chuyển động quanh mặt trời.

3 Phản ứng của chúng ta đối với sự kiện liên quan đến cách chúng ta định nghĩa sự kiện ấy thuộc loại gì, nghĩa là quá trình xã hội. chẳng hạn, chúng ta phản ứng hoàn toàn khác đối với lao động trẻ em hiện nay so với những người sống trong thế kỷ 19. Định nghĩa xã hội về những gì có thể chấp nhận đã thay đổi, do đó phản ứng của chúng ta cũng thay đổi theo.

Nguồn: Moscovici, 1984

Một số mô tả xã hội được nhiều nhóm người chia sẻ và chi phối suy nghĩ trong xã hội, trong khi những mô tả khác được các nhóm nhỏ hơn ủng hộ. Chẳng hạn, Carugati (1990) chú ý đến suy nghĩ về trí năng ở giáo viên, phụ huynh, và phụ huynh làm nghề giáo viên cũng là phụ huynh. Carugati nhận thấy phụ huynh thường nghĩ rằng trí năng có thể rèn luyện, nhưng số phụ huynh làm nghề giáo viên hầu như cho rằng trí năng là "năng khiếu". Lý do giải thích điều này là chúng biện minh cho hành vi (khuyến khích trẻ có năng lực, và không hỗ trợ nhiều đối với số trẻ gặp khó khăn) dễ dàng hơn. Nghiên cứu của Carugati cho thấy mô tả xã hội mà chúng ta chấp nhận thường liên kết mật thiết với động cơ cá nhân cũng như ý thức hệ xã hội.

Mô tả xã hội là suy nghĩ chung ở các nhóm xã hội dùng để tổ chức và hướng dẫn hành động xã hội. Moscovici (1976) lập luận rằng mô tả xã hội chung ở một nhóm hay một xã hội là những gì giúp con người giao tiếp hiệu quả và đi đến một quan điểm nhất trí về thực tại. Chúng hình thành cơ sở hiểu biết chung giúp chúng ta giao tiếp với người khác hiệu quả. Nhưng cũng liên kết mật thiết với tư cách thành viên trong các nhóm xã hội, và chính xã hội gồm nhiều nhóm, văn hóa và tiểu văn hóa khác nhau. Do đó, có nhiều mô tả xã hội khác nhau trong một xã hội bất kỳ.

Đôi lúc mô tả này cũng tạo ra sự hiểu lầm nghiêm trọng, Di Giacomo (1980) khảo sát mô tả xã hội trong phong trào phản đối của sinh viên ở một đại học Bi, bằng cách tiến hành phân tích nội dung liên tưởng không ràng buộc của sinh viên đối với từ khóa, cũng như phỏng vấn họ về cách nhìn nhận vấn đề. Hóa ra có những khác biệt chính giữa mô tả xã hội của những người lãnh đạo phong trào phản đối và mô tả xã hội của đại bộ phận sinh viên. Khác nhau bao gồm những khái niệm chẳng hạn như "tình đoàn kết sinh viên – công nhân", do lãnh đạo phong trào đề cập nhưng không hề có trong mô tả xã hội của sinh viên bình thường. Họ nhận thấy "sinh viên" và "công nhân" có rất ít sự kết hợp với nhau trong vấn đề này. Điều này có nghĩa khi lãnh đạo phong trào sinh viên kêu gọi sinh viên hành động phản đối thay đổi trong hệ thống trợ cấp cho sinh viên thì sự ủng hộ không đáng kể. Chính sự khác biệt giữa mô tả xã hội ở hai nhóm dẫn đến kết quả hoạt động của sinh viên bị thất bại

CƠ CHẾ MÔ TẢ XÃ HỘI

Khi một người giải thích cho chúng ta về một vấn đề, chúng ta suy nghĩ và xem giải thích ấy phù hợp với hệ thống xây dựng cá nhân của riêng mình đến mức nào. Chúng ta cũng quyết định liệu lời giải thích có phát xuất từ một nguồn đáng tin cậy hay không (liên kết với đồng nhất xã hội phát xuất từ đâu). Nhưng điều này có nghĩa mô tả xã hội của một cá nhân bất kỳ là sự phối hợp suy nghĩ chung, **nhất trí** với suy nghĩ cá nhân. Điều này cũng có nghĩa mô tả xã hội liên tục thay đổi khi được phổ biến trong xã hội.

Cấu trúc mô tả xã hội

Mô tả xã hội cùng lúc được chia sẻ và mang tính cá nhân như thế nào. Nòng cốt chính được gọi là **nhân biểu tượng,** ít thay đổi. Flament (1989) đề cập nhân biểu tượng là một bộ phận của mô tả xã hội hầu như mọi người trong nhóm hay văn hóa ấy đều chia sẻ, đây cũng là một bộ phận để đặt nền tảng ý thức hệ vững chắc nhất. Mặc dù **yếu tố ngoại vi** luôn thay đổi, là những bộ phận trong mô tả xã hội được đàm phán và điều chỉnh qua đàm thoại. Vì thế chúng có khả năng thích ứng với hệ thống xây dựng cá nhân, với những sự kiện gần đây, bất ngờ hay với xã hội nói chung. Khung 15.1 đề cập yếu tố ngoại vi trong mô tả xã hội khả năng giáo dục ở Anh thay đổi qua thời gian ra sao trong khi nòng cốt chính phần lớn không thay đổi. Mô tả xã hội được dàn xếp để phù hợp với thời đại và bối cảnh xã hội.

Mô tả xã hội được hình thành ra sao?

Mô tả xã hội, theo Moscovici (1984) được hình thành bằng hai quá trình: tin cậy và cụ thể hóa. Cả tin cậy lẫn cụ thể hóa giúp chúng ta nắm bắt quan điểm dễ hơn – làm cho quan điểm quen thuộc và dễ hiểu hơn. Nhưng cũng có nghĩa là quan điểm thay đổi rất nhiều trong quá trình, được tóm tắt trong Bảng 15.10, ở đây cũng cần giải thích chi tiết hơn.

Tin cậy bao gồm việc đặt quan điểm trong một bối cảnh quen thuộc sao cho mọi người có thể hiểu dễ hơn, bao gồm sự liên kết ý tưởng có cân nhắc phía sau mô tả xã hội với một sự kiện hay quá trình xã hội quen thuộc, như giải thích một vấn đề như "khủng hoảng tuổi trung niên" hay "cảm giác hối hận ở trẻ vị thành niên" hay có nghĩa phân loại ý tưởng theo một cách cụ thể. Sự phân loại liên kết những gì đang được mô tả với hình thức hiểu biết đã quen thuộc, nhưng trong quá trình, sẽ thay đổi khi chúng ta xét đến – và thậm chí tạo ra cách nhìn hoàn toàn khác. Mô tả những người biểu tình phản đối một xa lộ mới như một "điều quái dị-sinh thái" hay "đám đông hỗn tạp rẻ tiền" làm thay đổi cách nhìn đối với những người biểu tình phản đối này, và làm cho cuộc biểu tình của họ ít có khả năng được đánh giá quan trọng hơn.

Cụ thể hóa là tìm cách làm cho dễ nắm bắt quan điểm hơn bằng cách làm cho quan điểm cụ thể và hữu hình hơn. Kiến thức chuyên ngành đối với hầu hết mọi người thường khó hiểu, vì thế một bộ phận trong quá trình là làm sao cho kiến thức này được mọi người chấp nhận như kiến thức xã hội bao gồm cách trình bày kiến thức chuyên ngành ấy cách nào đó cho mọi người dễ hiểu hơn. Một cách thể hiện là thông qua **nhân cách hóa,** trong đó lý thuyết hay quan điểm liên kết với các nhóm hay cá nhân cụ thể – giống như thuyết tương đối đi kèm với Einstein, hay vật lý học Newton, hay chính sách Thatcher.

Hình tượng hóa là một hình thức khác của cụ thể hóa. Trong hình tượng hóa, hình ảnh và phép ẩn dụ dùng để miêu tả khái niệm. Chẳng hạn, khái niệm y học phương Tây thịnh hành thường mô tả hình ảnh cơ thể như một cỗ máy nhưng

Bảng 15.10 Hình thành sự miêu tả xã hội

Tin cậy:	Ấn định quan điểm trong một bối cảnh quen thuộc, so sánh với các mẫu hay chuỗi quen thuộc hay sử dụng phân loại quen thuộc.
Cụ thể hóa:	Làm cho quan điểm dễ tiếp cận hơn bằng nhân cách hóa hay hình tượng hóa.
Nhân cách hóa:	Liên kết quan điểm với cá nhân mọi người biết đến cụ thể.
Hình tượng hóa:	Sử dụng hình ảnh hay phép ẩn dụ để mô tả quan điểm.

Khung 15.1 Miêu tả xã hội và ý thức hệ

Khái niệm xã hội học về ý thức hệ bao gồm cấu trúc suy nghĩ và quan điểm diễn đạt quyền lợi giai cấp thống trị trong xã hội. Theo nghĩa xã hội học, những suy nghĩ và quan điểm này là suy nghĩ và quan điểm chi phối trong một xã hội bất kỳ, hình thành một yếu tố quan trọng trong việc duy trì nguyên trạng – trong việc đảm bảo rằng thậm chí có sự thay đổi xã hội diễn ra, thì sẽ có khuynh hướng bị hạn chế, và không tạo ra sự khác biệt đáng kể đối với cán cân quyền lực hay sự phân phối của cải được hình thành trong xã hội ấy.

Tuy nhiên lập luận xã hội học này không giải thích cá nhân đi đến việc tán thành những suy nghĩ chi phối này ra sao ngay cả khi họ không phải là những người trực tiếp hưởng lợi từ việc duy trì xã hội theo cách ấy. Thuyết mô tả xã hội trình bày cách chúng ta hình thành sự liên kết giữa khái niệm xã hội học về ý thức hệ, về những suy nghĩ chung trong xã hội và cá nhân có những suy nghĩ ấy như thế nào. Con người không phải là người máy: chúng ta đã chứng kiến mình sàng lọc thông tin tiếp nhận để sau đó phát biểu tư tưởng của riêng mình thành hệ thống ra sao. Tuy nhiên, xã hội lại khác theo cách có hệ thống. Sự khác biệt này nhiều hơn vì những vấn đề được xem là mặc nhiên trong xã hội ấy, khác với những vấn đề con người được dạy thật rõ ràng.

Mô tả xã hội bao gồm một cách nhìn thế giới toàn bộ, đưa ra giả định thế giới là gì, nhân tính ra sao. Một xã hội hình thành một loạt các giả định về nhân tính không hẳn chấp nhận một loạt suy nghĩ hay thông lệ xã hội vốn không phù hợp với những giả định ấy. Chẳng hạn, nước Anh và Mỹ có những hệ thống giáo dục khá khác nhau, điều này một phần là do hai xã hội có những mô tả xã hội về nhân tính khác hẳn nhau.

Nước Anh, như nhiều xã hội châu Âu khác, phát triển từ hệ thống phong kiến thành cấu trúc xã hội hiện đại. Điều này có nghĩa nước Anh mang nhiều giả định về con người như một bộ phận trong lịch sử đất nước. Một trong những giả định ấy là con người không phải sinh ra đều bình đẳng. Thật ra, các văn sĩ châu Âu cứ cho rằng con người khi sinh ra đều bình đẳng theo truyền thống được xem là "cách mạng", cho thấy quan điểm ấy đã chống lại giả định xã hội. Mặt khác, nước Mỹ da trắng do những người đã cố ý tránh khỏi truyền thống phong kiến ở châu Âu, sáng lập, vì thế quan điểm cho rằng mọi người sinh ra đều bình đẳng luôn là suy nghĩ được ủng hộ ở Mỹ – cho dù trong thực tế điều này không đúng đi nữa.

Do đó, nước Anh và Mỹ tạo ra những hệ thống giáo dục khác hẳn nhau. Hệ thống Mỹ luôn nhấn mạnh sự phát triển xã hội hơn là phát triển học thuật vì việc trở thành một thành viên có trách nhiệm trong xã hội được xem là mục tiêu chính của giáo dục. Nhưng cũng cho rằng tất cả trẻ em đều hưởng lợi từ việc có cơ hội học tập, các khóa đào tạo đại học nhằm mục đích mở rộng cho càng nhiều người càng tốt. Giả định cho rằng mọi người ai cũng có khả năng học xong đại học, có bằng cấp nếu họ được tạo cơ hội.

Trái lại hệ thống Anh về truyền thống dựa trên quan điểm cho rằng chỉ một thiểu số dân chúng mới được hưởng lợi từ giáo dục đại học, suy nghĩ chung này luôn lan tỏa khắp các cấu trúc giáo dục ở Anh. Điều này không có nghĩa rằng suy nghĩ này giữ nguyên không đổi: mô tả xã hội luôn thay đổi qua thời gian. Nhưng trong nửa đầu thế kỷ 20, suy nghĩ chung này – được Cyril Burt *và những người khác* truyền bá (xem Chương 6) – cho rằng trí năng mang tính **di truyền.** Lập luận này cho rằng thật uổng phí thời gian khi gắng sức dạy cho đa số dân chúng biết nhiều hơn mức cơ bản, vì chỉ có một thiểu số nhỏ mới có khả năng tư duy cao.

Tuy nhiên trong thập niên 1960 và 1970 dân chủ hơn, quan điểm này không được tán thành (mặc dù không biến mất hẳn, nhất là trong các sách giáo khoa về giáo dục. Thay vào đó **thuyết Piaget** về phát triển nhận thức (xem Chương 19) trở thành lý thuyết thịnh hành trong giáo dục. Bất chấp việc chính Piaget xem quan điểm này là hoàn toàn không thích hợp, chính khái niệm "lanh lợi" về mặt sinh học được chọn làm "nguyên tắc chỉ đạo" trong giáo dục từ thuyết này – không phải là thông tin của thuyết về tầm quan trọng phát triển hiểu biết của trẻ để tạo điều kiện thuận lợi phát triển sơ đồ. Thay vào đó, khái niệm lanh lợi sinh học được sử dụng như "lời giải thích" lý do tại sao một số trẻ không học được. Trong tầm kiểm soát của một số lý thuyết gia (như Shayer và Adey, 1981), thậm chí người ta cho rằng một số trẻ nói chung không thể đạt đến giai đoạn hoạt động chính thức thứ tư, vì thế chúng không bao giờ có khả năng suy nghĩ trừu tượng. Đây là một thế giới khác hẳn với chính quan điểm của Piaget.

Trong đầu thập niên 1980, thuyết của Piaget kém thịnh hành hơn, **các thuyết tước đoạt xã hội** phổ biến hơn. Theo quan điểm này, trẻ em thuộc giai cấp lao động có khả năng không đến trường học được vì cảnh túng quẫn ở nhà: vì các em không được giúp đỡ, hay bất cứ nơi nào để học, nên không thể nào học tốt. Nhưng vấn đề ở chỗ, bất chấp dự định tốt của những người đề xướng, nhưng vẫn còn là việc đề xuất cùng một thông tin: chỉ có một vài người mới được hưởng lợi từ giáo dục. Hầu hết mọi người, vì lý do này hay lý do khác đều không thể hưởng lợi như thế.

Lịch sử giáo dục Anh đầy ắp những nỗ lực làm cho hệ thống trở nên dân chủ hơn, để cải thiện cơ hội và tiếp cận cho nhiều trẻ em hơn. Nhưng mỗi nỗ lực trong số này đều vấp phải mô tả xã hội đang thịnh hành, là "lời giải thích" lý do tại sao chỉ có một vài người hưởng lợi từ giáo dục. Chỉ khi so sánh với các nước khác và những giả định, suy nghĩ rất khác nhau, chúng ta mới nhận thức rằng suy nghĩ cho rằng hầu hết trẻ em không thể thành công trong giáo dục là một mô tả xã hội, đã thay đổi về hình thức qua thời gian, nhưng không phải là thông điệp chung.

nếu phép ẩn dụ đủ sức thuyết phục thì thường được chọn như thể nó là đúng hoàn toàn. Chẳng hạn, những người không phải là nhà khoa học thường tin rằng nguyên tử là vật có thật – chúng tồn tại độc lập chứ không phải là những xây dựng lý thuyết do các nhà vật lý phát triển khi giải thích nhận xét của mình. Nhưng đôi khi hình tượng hóa chỉ bao gồm những hình ảnh chung, chẳng hạn như mô tả quan điểm liên quan đến nhận thức sinh thái học là "thảm xanh".

Wagner, Elejabarrieta và Lahnsteiner (1995) nghiên cứu quá trình cụ thể hóa trong cách tìm hiểu khái niệm ở con người. Họ tìm hiểu quan điểm của 169 người Úc vùng nông thôn tham gia nghiên cứu, và nhận thấy quá trình thụ thai được nhận thức theo cách so sánh trực tiếp với sự hấp dẫn tình dục theo suy nghĩ rập khuôn và hành vi giữa nam và nữ. Suy nghĩ rập khuôn tình dục giữa nam và nữ được phác họa thành tinh trùng và buồng trứng: tinh trùng "thành công" được xem là tích cực, năng động (nam tính), cạnh tranh tốt hơn số tinh trùng khác bằng cách bơi nhanh hơn và đến buồng trứng trước tiên, trong khi buồng trứng được xem là thụ động và tiếp nhận (nữ tính), chỉ chờ tinh trùng xâm nhập.

Như Wagner, Elejabarrieta và Lahnsteiner đã nêu, có nhiều phép ẩn dụ có thể khác: lực hút từ tính, mèo chuột, các đạo quân xâm chiếm thành phố, muỗi và nạn nhân, nhưng phép ẩn dụ tính dục là phép ẩn dụ được mặc nhiên công nhận. Nhưng việc chấp nhận phép ẩn dụ tình dục như mô tả xã hội của quá trình sinh học phức tạp này cũng dẫn đến một số hiểu lầm có hệ thống về những gì thực sự đang diễn ra.

Mô tả xã hội lúc ấy thường được diễn đạt qua phép ẩn dụ, hình ảnh hay câu chuyện. Những hình ảnh, phép ẩn dụ này, câu chuyện này không chỉ cung cấp cho chúng ta bức tranh hoàn hảo, mà còn cung cấp cách hiểu kinh nghiệm của riêng mình. Larsen và Laszlo (1990) trình bày nghiên cứu mô tả xã hội trong đó, những người tham gia nghiên cứu Hungary và Đan Mạch đọc một truyện ngắn giống nhau, kể rằng hai nông dân bị hai quân nhân ngược đãi, nhưng chỉ phản kháng bị động. Câu chuyện này phản ánh lịch sử văn hóa và truyền thống của Hungary chứ không phải là lịch sử văn hóa và truyền thống Đan Mạch, một quốc gia vốn có truyền thống độc lập và tự quản ở nông dân. Người tham gia nghiên cứu được yêu cầu ghi chú khi câu chuyện nhắc cho họ nhớ kinh nghiệm cá nhân của riêng mình. Larsen và Laszlo nhận thấy câu chuyện đối với người Hungary thích hợp hơn đối với người Đan Mạch vì liên quan trực tiếp đến mô tả xã hội Hungary có từ lâu đời.

Đôi khi, mô tả xã hội có thể lưu truyền không được thể hiện bằng từ ngữ. Jodelet (1991) mô tả nghiên cứu xã hội bệnh tâm thần ở Pháp. Chính sách trong vùng là phải tiến hành một loại hệ thống "chăm sóc trong cộng đồng", bệnh nhân tâm thần được điều trị ngoại trú, trong gia đình. Khi phỏng vấn gia đình, họ thể hiện suy nghĩ rằng đối với số bệnh nhân này, chữa trị ở nhà vẫn tốt hơn, bệnh nhân cũng giống như bất kỳ người khác, họ cần được chăm sóc và giúp đỡ. Nhưng Jodelet nhận xét có một mô tả xã hội ngụ ý không hề diễn đạt bằng lời, xem bệnh tâm thần là bệnh truyền nhiễm. Dụng cụ ăn uống của bệnh nhân được rửa riêng và cất riêng so với dụng cụ ăn uống của gia đình, bệnh nhân cũng có khăn tắm và tấm trải giường riêng, và v.v... Mô tả xã hội không được diễn đạt bằng lời nhưng dường như mọi người trong làng đều có chung quan điểm như thế.

Mô tả xã hội và quan điểm khoa học

Mô tả xã hội cũng phát triển khi quan điểm khoa học được phổ biến. Một trong những nghiên cứu đầu tiên về mô tả xã hội được Moscovici, tiến hành năm 1961, về cách phát triển lý thuyết phân tâm học từ việc giải thích chứng loạn tâm thần ở người, thành cách giải thích phổ biến đối với xã hội nói chung và cách lý thuyết hoạt động ra sao – vị trí của thuyết ở nước Pháp vào thời điểm ông tiến hành nghiên cứu. Moscovici nhận dạng 3 giai đoạn trong quá trình này. Thứ nhất là quá trình khoa học, trong đó phân tâm học được trau chuốt như một lý thuyết khoa học, kiến thức về nguyên lý và thực tiễn của thuyết phần lớn chỉ gói gọn ở các nhà khoa học chuyên nghiệp. Tiếp đến là giai đoạn thứ hai, trong đó hình ảnh và quan điểm phân tâm học được mọi người biết đến nhiều hơn, sửa đổi thích nghi trong quá trình áp dụng một dải các tình huống và sự kiện bao quát hơn. Giai đoạn thứ 3 là nơi áp dụng phân tâm học rộng hơn, sử dụng như một giải thích tại sao xã hội giống như thế. Moscovici gọi giai đoạn này là giai đoạn ý thức hệ.

Thời gian gần đây hơn, một quá trình tương tự xảy ra trong nghiên cứu tách não. Moscovici và Hewstone, năm 1983, tìm hiểu nghiên cứu tách não được chuyển thành lời giải thích cho những khác biệt về kinh tế và xã hội ở con người. Nghiên cứu tách não được mô tả trong Chương 10, một sinh viên bất kỳ nghiên cứu chứng cứ đều nhận thức, nghiên cứu hoàn toàn chứng minh rằng bên trái của não xử lý chức năng ngôn ngữ trong khi bên phải não tập trung vào các chức năng không gian như vẽ chẳng hạn. Nhưng khi mọi người đều biết đến những chứng cứ này thì chúng được biến đổi thành điều gì đó khác hẳn.

Trong một nghiên cứu sử dụng quy kết để tìm hiểu mô tả xã hội, Moscovici và Hewstone chứng minh rằng chứng cứ tách não được sử dụng để biện minh cho suy nghĩ khoa học dân gian cho rằng: (1) hai nửa não là hai bộ óc độc lập, khác nhau, (2) mỗi bên giải quyết kỹ năng trái ngược nhau, (3) những kỹ năng này bao gồm những khía cạnh quan trọng về nhân cách, như trực giác, nam tính, v.v..., và (4) điều này giải thích sự khác nhau trong xã hội, vì xã hội thiên vị những ai có bán cầu trái vượt trội. Một loạt các chứng cứ khoa học hạn chế đã thay đổi thành một tập hợp suy nghĩ ý thức hệ phổ biến rộng hơn nhiều – nói chung không hề có sự biện minh khoa học!

Mô tả xã hội được chia sẻ ra sao?

Một trong những ưu điểm của thuyết mô tả xã hội là được hình thành vững chắc trong thế giới hàng ngày, trực tiếp liên quan đến những gì con người hành động, suy nghĩ và phát biểu bên ngoài phòng thí nghiệm tâm lý học. Điều này cũng có nghĩa rằng mô tả xã hội nói chung thường bao hàm hiểu biết truyền thống, được lưu truyền qua gia đình, qua các thể chế xã hội hay qua văn hóa rộng hơn. Nhưng, như chúng ta đã biết, quan điểm khoa học mới hơn cũng thích hợp với mô tả xã hội của chúng ta cho dù chúng bị xáo trộn trong quá trình.

Đôi lúc tôi phát biểu rằng mô tả xã hội được cá nhân dàn xếp và thích nghi. Điều này diễn ra khi chúng ta thảo luận quan điểm, nhận xét và sự kiện với người khác. Mô tả xã hội nổi bật từ những cuộc trao đổi này là những lý do thực sự giải thích tại sao thực tại giống như thế: chúng ta sử dụng mô tả xã hội để giải thích những vấn đề mang tính đa dạng, như tại sao một số người phải dọn đi nơi khác, tại sao giới chính khách có vẻ hành động không có năng lực, tại sao mùa xuân lại đặc biệt nóng/lạnh, hay tại sao ngoài phố có nhiều người ăn xin. Qua chuyện trò và thảo luận, chúng ta dàn xếp những cách giải thích chung về các vấn đề này.

Vấn đề mô tả xã hội được dàn xếp qua trao đổi, chuyện trò có nghĩa rằng chúng không giống hệt nhau, nhưng có nhiều điểm chung. Nhiều khía cạnh trong mô tả xã hội là **sự nhất trí** có nghĩa là được mọi người chia sẻ và đồng ý, và sự nhất trí phát triển rất nhanh. Galli và Nigro, trong năm 1987 tìm hiểu cách thay đổi mô tả xã hội về hoạt động phóng xạ ở trẻ em sau vụ nổ nhà máy điện hạt nhân Chernobyl. Họ yêu cầu các em vẽ tranh và định nghĩa hoạt động phóng xạ, phê bình tranh vẽ của chính mình và của số trẻ em khác. Trong một vài ngày, tranh vẽ và phát triển của các em chứng tỏ rằng các em phát triển mô tả chung về hoạt động phóng xạ và vụ nổ Chernobyl. Một sự kiện quan trọng như Chernobyl có thể tạo ra sự nhất trí xã hội rất nhanh vì nó tạo ra quá nhiều trao đổi và thảo luận như thế.

MÔ TẢ XÃ HỘI VÀ NHÓM XÃ HỘI

Như chúng ta đã biết, mô tả xã hội có thể ở mức độ văn hóa, mức độ tiểu văn hóa, hay trong các nhóm, hay nghề nghiệp. Vì thế liệu chúng ta có tán thành một mô tả xã hội hay không tùy vào mô tả ấy thích hợp đến mức độ nào, không chỉ thích hợp với suy nghĩ cá nhân của riêng mình mà còn thích hợp với suy nghĩ và quan điểm của nhóm xã hội mà chúng ta là thành viên. Cuối chương này chúng ta sẽ xét đến thuyết đồng nhất xã hội. Nhưng có nhiều cách liên kết mô tả xã hội và đồng nhất xã hội.

Gervais và Jovchelovitch (1997) mô tả nghiên cứu mô tả xã hội ở các cộng đồng người Hoa sống ở Anh. Họ đặc biệt quan tâm đến suy nghĩ sức khỏe theo truyền thống Trung Hoa khác hẳn với truyền thống y học phương Tây của xã hội Anh. Thông thường, suy nghĩ truyền thống thường có khuynh hướng không được thế hệ thứ hai của một cộng động di dân tuân thủ. Nhưng thật lý thú, Gervais và Jovchelovitch nhận thấy hầu như mọi thành viên trong số những cộng đồng này – thậm chí khi họ sinh ra và được xã hội hóa ở Anh – đều có chung mô tả xã hội sức khỏe và bệnh tật theo truyền thống Trung Hoa. Họ nhận thức những suy nghĩ này là để bổ sung cho những suy nghĩ phương Tây, và có nhiều khả năng nhận dạng nguyên nhân bệnh tật tận gốc.

Khi Gervais và Jovchelovitch nghiên cứu vấn đề này sâu hơn, họ nhận thấy, đối với nhiều người "bị đồng hóa" – những người tán thành suy nghĩ và cách sống phương Tây – thì sự chấp nhận suy nghĩ sức khỏe và bệnh tật theo truyền thống Trung Hoa của họ hoạt động như lời phát biểu nhận dạng thuyết phục với cộng đồng bố mẹ mình. Như nhiều người khác sinh ra từ số bố mẹ di dân. Những người này cảm thấy bị giằng xé giữa sự tán thành cách sống phương Tây và kế thừa văn hóa của bố mẹ. Đối với họ, kết hợp hiểu biết sức khỏe và bệnh tật truyền thống với suy nghĩ hiện đại cũng là sự khẳng định dù sao đi nữa họ vẫn là người Hoa. Mô tả xã hội dùng để khẳng định nhận dạng nhóm của họ.

Mô tả xã hội và suy nghĩ người trong nhóm

Chúng ta đã biết mô tả xã hội phát triển qua chuyện trò và dàn xếp ra sao. Nhưng chúng ta không xử lý ý kiến của mọi người theo cách giống nhau. Chúng ta cân nhắc ý kiến của người nào "giống mình" cho rằng ý kiến ấy quan trọng hơn ý kiến của "người ngoài", vì thế chúng ta thường có khuynh hướng ủng hộ suy nghĩ do các thành viên thuộc "người trong nhóm" cụ thể thuộc nhóm mình diễn đạt. Đây là cơ chế thuyết phục, hoạt động tích cực hay tiêu cực. Nếu suy nghĩ của một nhóm này tỏ ra thù địch với nhóm khác – như Đức quốc xã đối với người Do Thái chẳng hạn thì thành viên trong nhóm thứ nhất chắc chắn tán thành mô tả xã hội nuôi dưỡng thành kiến và phân biệt đối xử. Nhưng nếu mô tả xã hội nhấn mạnh giá trị hòa đồng và khoan dung thì như chúng ta đã biết, con người sẽ hợp tác và khoan dung với láng giềng.

Nhiều nghiên cứu mô tả xã hội liên quan đến mô tả xã hội qui mô rộng, trải rộng qua các nền văn hóa, xã hội hay bộ phận lớn dân chúng. Nhưng mô tả xã hội cũng tác động trên qui mô nhỏ hơn, ở đây chính sự liên kết giữa nhận dạng xã hội và đồng nhất xã hội trở nên hiển nhiên nhất. Chẳng hạn: mục đích điều trị tâm lý liệu pháp theo nhóm được chấp nhận là phải tạo ra sự đồng nhất với nhóm để thành viên trong nhóm có khả năng giúp đỡ người khác. Kặs, năm 1984 chứng minh điều trị tâm lý liệu pháp theo nhóm cũng tạo ra sự phát triển những cách giải thích chung về thực tại xã hội, bao gồm mô tả xã hội về những trở ngại ở con người và cách giải quyết hiệu quả những trở ngại ấy. Khi điều trị liệu pháp tiếp diễn, những mô tả xã hội ấy trở thành khuôn khổ quan điểm, giải thích hay phát triển đối với các trở ngại của thành viên nhóm. Và chúng cũng trở thành một bộ phận quan trọng trong cách nhóm tự định nghĩa mình.

Trong một nghiên cứu khác, Lorant và Deconchy (1986) nghiên cứu sự xuất hiện đồng nhất xã hội trong nhóm trải qua các chương trình rèn luyện cơ thể. Đồng nhất nhóm rõ nét nhất trong nhóm có sự rèn luyện vô cùng nghiêm khắc – có lẽ vì họ cảm thấy mình có chung kinh nghiệm đặc biệt phân biệt mình với các nhóm khác. Nhưng Lorant và Deconchy cũng nhận thấy nhóm phát triển mô tả xã hội dứt khoát, phù hợp với sự phân biệt rõ ràng người trong nhóm/ ngoài nhóm. Mô tả xã hội cũng đi liền với sự phát triển đồng nhất xã hội, có vẻ là một bộ phận của cùng quá trình.

Mô tả xã hội cũng phát triển trong các nhóm làm việc. Hayes (1991) mô tả các nền văn hóa trong tổ chức khác nhau khi tiếp xúc dài hạn với quan điểm, giả định và truyền thống chung của những tổ chức cụ thể. Các quá trình tin cậy và cụ thể hóa thông qua phép ẩn dụ, các vị anh hùng và câu chuyện tổ chức, áp dụng nhiều khi chúng ta xét các nền văn hóa trong tổ chức giống như khi xét đến các mô tả xã hội của các nhóm khác trong xã hội (Hayes, 1998).

Thuyết mô tả xã hội giúp chúng ta nghiên cứu giải thích được nhiều người chấp nhận hơn đang phổ biến trong xã hội, và cách xã hội áp dụng những giải thích này để giải thích tại sao sự việc diễn ra như thế. Mọi nền văn hóa đều có những giả định được chấp nhận, biểu hiện trong suy nghĩ chung của xã hội mà chúng ta biết là những mô tả xã hội. Những mô tả này thường chấp nhận giả định mâu thuẫn trực tiếp với kinh nghiệm cá nhân – chẳng hạn, hầu hết mọi người đều không thích việc đối đầu, gây hấn với người khác và ai cũng cố tránh chuyện như thế. Nhưng họ chấp nhận mô tả xã hội xem con người vốn có tính gây hấn, bạo lực. Thuyết mô tả xã hội cho chúng ta biết điều này có thể diễn ra ra sao, giả định văn hóa ngụ ý của chúng ta hình thành một phần trong tâm lý học cá nhân của chúng ta như thế nào.

NHÓM XÃ HỘI VÀ ĐỒNG NHẤT XÃ HỘI

Nhóm xã hội, bằng cách này hay cách khác là một phần cơ bản trong đời sống của chúng ta. Con người là động vật trong xã hội: chúng ta tiến hóa như những sinh vật trong xã hội, (ngoài người tu hành) chúng ta luôn sống trong các cộng đồng xã hội. Đối với hầu hết lịch sử tiến hóa, những cộng đồng ấy là những cộng đồng có qui mô tương đối nhỏ, nơi mọi người đều biết lẫn nhau, một người lạ mặt sẽ trở thành mục tiêu của sự tò mò. Nhưng dù sao, những cộng đồng ấy vẫn chứa đựng các nhóm họp thành khác nhau – có thể trên cơ sở độ tuổi và/ hoặc giới tính, có thể trên cơ sở kỹ năng và chuyên môn, hay có thể trên cơ sở họ hàng và gia đình. Thuộc về các nhóm xã hội là một bộ phận không thể tách rời trong lịch sử tiến hóa của chúng ta.

Trong thời hiện đại, cộng đồng rất lớn, hầu hết chúng ta mỗi ngày đều gặp người lạ. Thật ra, chúng ta thường ở trong tình huống nơi người lạ là tiêu chuẩn, việc nhìn thấy một người chúng ta biết lại là chuyện khác thường. Trong những xã hội rộng lớn, phức tạp này, thuộc về các nhóm xã hội cũng quan trọng như trước nay. Thậm chí còn quan trọng nhiều hơn. Tư cách thành viên của nhóm hầu như ảnh hưởng đến mọi khía cạnh trong đời sống của chúng ta, từ sự xung đột giữa các dân tộc cho đến "hình ảnh" mà chúng ta khẳng định qua việc chọn trang phục và hàng tiêu dùng. Như chúng ta đã biết, nó cũng tạo ra mâu thuẫn và thành kiến. Nhưng quá trình tâm lý học nào đã làm cho tư cách thành viên của nhóm quan trọng như thế? Người khác đối với chúng ta quan trọng ra sao?

TIÊU CHUẨN NHÓM

Một khía cạnh trong tư cách thành viên nhóm là sự phát triển **tiêu chuẩn nhóm,** là những nguyên tắc bất thành văn phát triển giữa các thành viên một nhóm qua thời gian. Chúng hình thành thông lệ nào được chấp nhận và thông lệ nào không được chấp nhận, thành viên trong nhóm phải có hành vi ra sao. Nhóm tồn tại trong một thời gian đáng kể có khuynh hướng phát triển tiêu chuẩn của riêng mình, hoàn toàn tự phát, trở nên một bộ phận vô cùng mạnh mẽ tác động đến hoạt động của nhóm.

Chứng cứ về tác động của tiêu chuẩn nhóm thu thập từ những nghiên cứu Hawthorne nổi tiếng do Elton Mayo cùng các đồng nghiệp Roethlisberger và Dickson tiến hành ở Chicago trong thập niên 1930. Họ là các nhà tâm lý học tổ chức, nghiên cứu nhiều cách khác nhau để tăng năng suất ở các nhà máy Hawthorne thuộc một công ty điện đồ sộ. Nói chung, họ nhận thấy sự can thiệp tạo ra sự khác biệt hoàn toàn đến hiệu quả làm việc của nhân viên. Nhưng trong một bộ phận cụ thể, gọi là phòng đi dây tiếp nhận, các nhà nghiên cứu không nhận thấy sự khác biệt nào. Nhóm làm việc này gồm một nhóm người rất gắng bó, có chung một tập hợp tiêu chuẩn nhóm được phát triển tốt, điều tiết hành vi làm việc của họ ở một mức độ ổn định, nhất quán, không thay đổi, cho dù các nhà nghiên cứu có thay đổi yếu tố bên ngoài đi nữa.

Kết quả của kinh nghiệm này, các nhà tâm lý học rất quan tâm đến vấn đề tiêu chuẩn nhóm và cách sử dụng ảnh hưởng của tiêu chuẩn nhóm. Họ nhận thấy tiêu chuẩn nhóm phát triển vô thức, nói chung thông qua tác động của thói quen, được mọi thành viên trong nhóm chia sẻ. Tiêu chuẩn nhóm nổi bật từ các giả định và suy nghĩ mặc nhiên được con người tán thành những gì nên làm và được duy trì qua sự thừa nhận không chính thức – dù không chính thức nhưng có tác động rất mạnh. Thành viên nhóm không tuân thủ tiêu chuẩn nhóm bị loại trừ khỏi nhóm hay bị chế giễu – cả hai đều là hình phạt xã hội rất nặng.

Feldman (1984) cho rằng tiêu chuẩn nhóm phục vụ 4 mục đích khác nhau, liệt kê trong Bảng 15.11. Từ bảng này, chúng ta nhận thấy những mục đích này nhấn mạnh đến nhiều khía cạnh: sự đặc biệt của nhóm khi so sánh với các nhóm khác, ý thức cố kết hay thuộc về ở các thành viên, và các nhóm tự định nghĩa mình. Tất cả những yếu tố này đều quan trọng trong việc đồng nhất xã hội – hiện tượng tâm lý học "họ và chúng ta".

Những cũng có khía cạnh khác đối với đồng nhất xã hội như chúng ta đã biết trong Chương 14, nổi bật ở Đức trước và trong Thế chiến II. Trong môi trường xã hội ấy, tư cách thành viên của các nhóm xã hội cụ thể về nghĩa đen là vấn đề sống

Bảng 15.11 Mục đích của tiêu chuẩn nhóm

Diễn đạt giá trị chính của nhóm: Cung cấp cho thành viên nhóm có ý thức nhóm sẽ chấp nhận hành động gì cũng như những gì không thể chấp nhận đối với nhóm.

Giúp nhóm hoạt động chức năng trôi chảy: Tiêu chuẩn nhóm hình thành cơ sở chung sao cho mọi người đều hiểu nên mong đợi điều gì, có nghĩa là con người không được lãng phí thời gian để kiểm tra hành động có thích hợp hay không, và định hướng sự tương tác xã hội trong nhóm.

Xác định những gì được cho là hành vi được xã hội chấp nhận: Bằng cách này, con người có khả năng tránh những tình huống lúng túng hay khó xử, tránh sự đối đầu trong nhóm có thể đe dọa tính cố kết của nhóm.

Giúp nhóm duy trì sự đặc biệt của mình khi nhóm bị đe dọa: Điều này xảy ra bằng cách cho phép nhóm phủ nhận hành vi lệch lạc và bảo lưu những gì nhóm "ủng hộ".

Nguồn: Feldman, 1984

chết. Quan trọng đến mức những người thuộc về nhóm được cho là nhóm "hạ đẳng" bị thành viên của nhóm khác không còn xem là hay, được đối xử như những con người nữa. Con người không được xem là thành viên của xã hội nữa mà là thành viên của các phân loại xã hội: người Do Thái, người Aryan, người Gypsy, người Ba Lan và v.v... tư cách thành viên nhóm mà xã hội Đức quốc xã dành cho họ lấn át tất cả những cân nhắc khác.

LÝ THUYẾT ĐỒNG NHẤT XÃ HỘI

Thuyết đồng nhất xã hội theo như tên gọi cho rằng, một phần trong cách chúng ta nhận xét về bản thân được gắn bó mật thiết với nhóm xã hội mà chúng ta là thành viên. Là thành viên hay đồng nhất với nhóm xã hội cũng có ảnh hưởng rất lớn đến cách chúng ta tương tác với người khác – đến mức độ nó có thể tô điểm hay thậm chí quyết định các mối quan hệ giữa cá nhân với nhau. Lý do giải thích điều này là đồng nhất xã hội của chúng ta liên kết mật thiết với động cơ thúc đẩy cá nhân phải có tự trọng và tôn trọng xã hội (Tajfel và Turner, 1979).

Theo ý nghĩa này, lý thuyết đồng nhất xã hội khác hẳn với lý thuyết như **thuyết tương tác biểu tượng** của Goffinan, nhấn mạnh đến nguyên tắc xã hội. Theo thuyết tương tác biểu tượng, nếu tôi được yêu cầu nói chuyện trong tư cách nhà tâm lý học thì tôi sẽ đóng vai trò của nhà tâm lý học. Nếu tôi đóng thích hợp, vai trò trong rất tự nhiên, nhưng chỉ là vai trò. Mặc dù theo lý thuyết đồng nhất xã hội, những gì tôi đang làm trong cách hành xử của nhà tâm lý học là diễn đạt một phần trong cái tôi của riêng mình: đây không phải là một hành động tôi diễn theo trường hợp mà là một phần của tôi phát xuất trong loại tình huống ấy.

Cơ chế đồng nhất xã hội

Đồng nhất xã hội có nguồn gốc sâu xa, trong đó một số nguồn gốc có từ quá khứ tiến hóa của chúng ta. Đây là một quá trình phổ biến ở con người, diễn ra trong toàn thể chủng loài người. Như Doise (1978) nêu rõ điều làm cho nó hoàn toàn khác hẳn với hầu hết hiện tượng được các nhà tâm lý học xã hội nghiên cứu, chỉ liên quan đến văn hóa và thời điểm cụ thể của riêng họ, có vẻ một phần cơ bản của con người mà chúng ta nhận xét người khác theo nghĩa "chúng ta" và "họ" – mặc dù như chúng ta sẽ biết, điều này không tự động có nghĩa là chúng ta xem "họ" như là kẻ thù.

Văn hóa và thời đại của chúng ta quyết định các nhóm xã hội cụ thể nào tồn tại cũng như quyết định cách diễn đạt sự nhận dạng nhóm được xã hội chấp nhận. Nhưng quá trình tâm lý học nhập tâm hóa và đồng nhất với nhóm xã hội là một cơ chế thích nghi cơ bản được mọi người sử dụng. Chúng ta, như đã được đề cập nhiều lần trước đây, là động vật trong xã hội, việc đồng nhất với nhóm xã hội là kết quả tâm lý học dễ hiểu.

Có ba cơ chế tâm lý học liên quan đến quá trình đồng nhất xã hội: phân loại, so sánh xã hội và nhu cầu tự trọng tích cực. **Phân loại** là cơ chế nhận thức. Hiểu biết của chúng ta về thế giới trên cơ sở phân loại sự kiện và hiện tượng chúng ta chứng kiến: chúng ta đang sống trong một thế giới thực vật, động vật, các tòa cao ốc, phương tiện đi lại và v.v... Chúng ta cần phân loại để đơn giản hóa nhận thức của mình, phân loại người cũng như đồ vật và sự kiện. Thanh niên, trẻ em, các bà mẹ, cổ động viên đá banh, người châu Âu, tài xế xe Volvo, người chơi golf, bác sĩ, người thô lỗ, những điều kinh khủng về sinh thái: tất cả đều là phân loại xã hội, thật vô hạn. Ngoài ra, một cá nhân bất kỳ có thể thuộc về nhiều phân loại xã hội khác nhau: cùng một người nhưng có thể là người mẹ, người châu Âu, người lái xe Volvo, người chơi golf, làm bác sĩ. Phân loại xã hội bổ sung cho nhau như con và mẹ, chúng có thể chồng chéo hay có thể không có sự liên kết với nhau.

So sánh xã hội đáng giá hơn phân loại, so sánh nhóm này với nhóm khác. Trong một thế giới bình đẳng, liệu chúng ta thuộc về nhóm này hay nhóm khác không quan trọng cho lắm. Nhưng thế giới không bình đẳng. Nhóm xã hội này khác với nhóm xã hội kia về quyền lực và địa vị, những khác biệt ấy vô cùng quan trọng, điều này đưa chúng ta đến cơ chế đồng nhất xã hội thứ ba, là khuynh hướng chúng ta thường tìm kiếm nguồn **tự trọng** tích cực. Đây là cơ chế động cơ thúc đẩy. Chúng ta cần suy nghĩ tốt về mình, có động cơ thúc đẩy cao để được người khác tôn trọng. Vì thế địa vị xã hội của một nhóm cụ thể là một yếu tố quan trọng trong đồng nhất xã hội: chúng ta giận dữ hay bênh vực nếu có người chỉ trích nhóm của mình, vì đối với chúng ta điều quan trọng là nhóm mình phải được tôn trọng.

Nghiên cứu nhóm tối thiểu và nhược điểm

Nghiên cứu ban đầu về đồng nhất xã hội dường như cho rằng chỉ đơn thuần phân loại thành một nhóm sẽ dẫn đến thành kiến "người trong nhóm/người ngoài nhóm". Con người thường có khuynh hướng ủng hộ nhóm của riêng mình mà họ là thành viên, và hành động với thái độ không ủng hộ nhiều đối với những người thuộc nhóm khác. Điều này thấy rõ trong **thí nghiệm nhóm tối thiểu** mà chúng ta đã xét đến trong chương trước, những người tham gia nghiên cứu được chia thành các nhóm trên cơ sở tiêu chuẩn thực ra không quan trọng, chẳng hạn như tung đồng xu hay liệu họ có thích một nghệ sĩ hiện đại này hơn nghệ sĩ hiện đại khác hay không, và thể hiện thành kiến người trong nhóm, thiên vị nhóm của mình nhiều hơn nhóm người khác (như Billig và Tajfel, 1973).

Nhưng ngay cả trong nghiên cứu nhóm tối thiểu, các nhà nghiên cứu nhận thấy có những khác nhau về nhân cách trong cách phản ứng của con người. Platow, McClintock và Liebrand (1990) nhận thấy rằng người tham gia nghiên cứu có tính hợp tác và dễ hòa đồng thường thích sự phân phối tài nguyên công bằng hơn, và đánh giá các nhóm không thành kiến. Trái lại người tham gia có tính cạnh tranh thích thể hiện thành kiến đối với người trong nhóm cụ thể. Điều này ngụ ý những người xuất phát từ một bối cảnh xã hội nhấn mạnh giá trị hòa đồng ít có khả năng thiên vị nhóm của riêng mình bằng cái giá phải trả của nhóm khác. Vì thế sự thiên vị người trong nhóm không phải là không tránh được.

Nghiên cứu nhóm tối thiểu cũng có nhược điểm phương pháp luận. Mummendey và Schreiber (1984) cho rằng thành kiến người trong nhóm mà con người thể hiện thực sự là một vấn đề phương pháp luận: liên quan đến cách tiến hành nghiên cứu nhóm tối thiểu. Nghiên cứu ban đầu sử dụng nhiệm vụ chọn lựa bắt buộc: nếu nhóm này nhận được nhiều hơn thì nhóm khác nhận được ít hơn. Điều này cho thấy những người tham gia nghiên cứu (như mọi người tham gia thí nghiệm tâm lý học cố gắng phát triển nên hành xử theo cách nào) đều nghĩ mình nên ủng hộ nhóm của riêng mình. Nhưng Mummendey và Schreiber nhận thấy khi người tham gia được phép đánh giá hoàn toàn riêng biệt về nhóm khác, sao cho nhóm khác được đánh giá "tốt như nhau" thì thành kiến người trong nhóm hầu như biết mất.

Mummendey và Schreiber nhận thấy thành kiến người trong nhóm cũng biến mất khi người tham gia nghiên cứu được phép chọn các khía cạnh mà họ đánh giá các nhóm khác, thay vì được người thí nghiệm cho biết nên sử dụng tiêu chuẩn nào. Buộc người tham gia phải chọn giữa người trong nhóm hay ngoài nhóm không tạo ra mức độ thiên vị người trong nhóm cao nhưng giúp họ có được đánh giá của riêng mình, không tạo ra sự cạnh tranh giả tạo giữa các nhóm (Mummendey và Schreiber, 1984).

Đây là một chứng cứ rất quan trọng, chẳng hạn cho chúng ta thấy tại sao các nhóm nhiều thành kiến luôn có vẻ cho thấy nhóm không được ưa thích nằm trong sự cạnh tranh trực tiếp ("chiếm việc của chúng ta", v.v...), cho dù không có chuyện ấy diễn ra. Chứng cứ này cũng cho thấy việc làm cho con người cạnh tranh nhau đoạt các tài nguyên hạn chế, rất có thể tạo ra thái độ thù địch giữa các nhóm – là một thông tin đối với các quản trị hành chánh ở mọi nơi. Cũng như cho chúng ta biết tại sao việc hiểu biết về nhóm nhiều hơn sẽ làm giảm thành kiến – vì chúng ta hiểu nhiều khía cạnh đánh giá nhóm ấy hơn, và ít có khả năng nhận xét nhóm ấy theo nghĩa đơn giản thái quá, cạnh tranh.

Tầm quan trọng của địa vị xã hội

Dù bạn thiên vị nhóm của riêng mình hay không tùy vào địa vị của nhóm mà bạn là thành viên. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu so sánh các nhận dạng do sinh viên đại học thực hiện, Spears và Manstead (1989), sinh viên theo học đại học Manchester được nhận thấy có khả năng đồng nhất với sinh viên học ở Oxford hay Cambridge nhiều hơn là đồng nhất với sinh viên học trường Bách khoa Manchester lúc ấy. Nhận thức sự khác nhau địa vị giữa các cơ sở đại học khác nhau dẫn đến việc sinh viên đại học Manchester nhấn mạnh sự giống nhau với Oxbridge, và cũng phóng đại sự khác nhau giữa họ với sinh viên học Bách khoa.

Nhưng con người không phải lúc nào cũng ủng hộ các nhóm địa vị cao. Sachdev và Bourhis (1987) yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá các hạng mục do các nhóm khác tạo ra trong bài tập tính sáng tạo. Người tham gia nghiên cứu thuộc các nhóm địa vị cao, trung bình hay thấp, các nhà nghiên cứu nhận thấy địa vị này ảnh hưởng đến cách đánh giá của họ. Mặc dù thành viên nhóm thuộc địa vị cao và trung bình có khả năng phân biệt đối xử với các nhóm khác nhiều hơn, trong khi thành viên nhóm có địa vị thấp thì không. Đây là một chứng cứ lý thú vì cho thấy nhóm có địa vị thấp nhất bị thành kiến nhiều nhất không phải là vấn đề. Thật ra, điều này phù hợp với nhận xét xã hội học cho thấy nhóm bị thành kiến nhiều nhất trong xã hội thường là các giai cấp trung lưu thấp hơn, chứ không phải là những giai cấp ở tận cùng thang bậc địa vị xã hội.

Cũng có thể đối với việc đồng nhất nhóm rõ ràng tạo ra sự hài hòa xã hội hơn là mâu thuẫn xã hội. Mặc dù những gì có vẻ quan trọng trong điều này là nhóm liên quan cần phải được phân loại rõ ràng. Rabbie và Horwitz (1988) chứng minh rằng miễn là giữa họ có sự phân biệt rõ ràng, có vẻ những người thuộc về nhóm nào, thậm chí các nhóm rất giống nhau và có vai trò xã hội có thể cạnh tranh, đều hòa hợp với nhau rất ăn ý.

Vì thế, chúng ta nhận thấy mâu thuẫn giữa các nhóm không phải là điều không thể tránh như các nghiên cứu ban đầu. Có nhiều yếu tố giảm bớt mâu thuẫn, hay thậm chí làm mâu thuẫn hoàn toàn biến mất. Sau khi định nghĩa rõ ràng sự giúp đỡ của các nhóm cũng như các nhóm không trực tiếp cạnh tranh tài nguyên. Phát xuất từ nền văn hóa nhấn mạnh các giá trị hòa đồng xã hội chẳng hạn như hợp tác cũng giúp, vì thế có khả năng chọn cách đánh giá các nhóm khác của riêng bạn. Mâu thuẫn giữa các nhóm đôi khi được một số nhóm tích cực vận dụng, cũng như giới truyền thông đại chúng nhưng không phải là điều không thể tránh được đối với con người. Chính con người xem thế giới bao gồm "họ" và "chúng ta", nhưng điều này không có nghĩa chúng ta tự động xem "họ" là kẻ thù.

Hợp tác nhóm và tự phân loại

Ngoài ra, phân loại xã hội không phải là cố định và không thay đổi. Năm 1990, Capozza và Volpato tìm hiểu cách nhận xét của bác sĩ đối với các nhóm khác, và cụ thể đối với điều dưỡng. Họ nhận thấy nếu bác sĩ được khuyến khích suy nghĩ về công việc mà đội ngũ điều dưỡng đã làm trước khi yêu cầu đánh giá các nhóm khác nhau, họ thường phân loại điều dưỡng cùng phân loại với mình thay vì xem điều dưỡng thuộc về người ngoài nhóm.

Trong nghiên cứu khác, Rehm, Lilli và Van Eimeren (1988) nghiên cứu suy nghĩ rập khuôn của phụ nữ về "phụ nữ lớn tuổi" – nhóm của riêng họ – và "phụ nữ trẻ", đánh giá những suy nghĩ rập khuôn ấy nhiều đến mức nào. Như thế, họ đánh giá được lượng **phân biệt giữa các nhóm** – hai nhóm được đánh giá khác nhau ra sao.

Một số phụ nữ trong nghiên cứu thường xuyên tham gia khóa học thể dục trong khi số khác thì không. Các nhà nghiên cứu nhận thấy những người tập thể dục thể hiện sự phân biệt giữa các nhóm ít hơn người khác – nói cách khác họ nhận xét giữa phụ nữ trẻ và lớn tuổi có nhiều sự giống nhau hơn. Phụ nữ không tập thể dục nhận xét "phụ nữ lớn tuổi hơn" hoàn toàn khác với "phụ nữ trẻ". Các nhà nghiên cứu cho rằng thuộc về một nhóm khác (nhóm tập thể dục) giúp phụ nữ bù trừ cho các tác động cá nhân khi thuộc về nhóm có địa vị thấp (phụ nữ lớn tuổi), và có sự phân biệt không cứng nhắc.

Trong những phiên bản ban đầu của lý thuyết đồng nhất xã hội, người ta thường cho rằng thành viên của một nhóm xã hội cho rằng mình thuộc về nhau vì thành viên trong nhóm về cơ bản là giống nhau. Nhưng nghiên cứu gần đây ngụ ý thực tế không phải thế. Vì một lẽ, các nhà nghiên cứu nhận thấy chúng ta thường nhấn mạnh đến sự giống nhau giữa thành viên ngoài nhóm hơn là sự giống nhau trong nhóm của riêng mình – chúng ta xem "họ" là như nhau trong khi "chúng ta" là những cá thể hoàn toàn khác nhau (Wilder, 1984).

Vấn đề khác tạo ra sự khác biệt là người trong nhóm thực sự đông đến mức nào khi so sánh với những nhóm khác. Simon và Brown (1987) chứng minh rằng thành viên của các nhóm nhỏ hơn xem người trong nhóm của họ giống nhau nhiều hơn "người ngoài", trong khi những người thuộc về các nhóm xã hội đông người có nhận xét trái ngược. Chẳng hạn một người thuộc về Tổ chức đánh giá phiếu trắc nghiệm TV chắc chắn sẽ đánh giá những người ủng hộ phiếu trắc nghiệm TV khác hoàn toàn giống với mình trong khi một người có sở thích đọc truyện khoa học giả tưởng chẳng hạn, bao gồm hàng triệu người, nhận xét những người hâm mộ thể loại này còn nhiều hơn nữa. Simon và Brown cũng nhận thấy những người thuộc về các nhóm nhỏ hơn đồng nhất với nhóm của họ mạnh hơn những người thuộc về nhóm đông hơn.

Chúng ta cũng chịu đựng tính chất cá nhân từ thành viên trong nhóm của riêng mình nhiều hơn chấp nhận ở người thuộc về nhóm khác. Đôi lúc, thậm chí chúng ta chịu đựng hành động của một người hoàn toàn lệch lạc nếu so với phần còn lại của nhóm. Và chúng ta thường chấp nhận nhiều hành vi bất thường hay lệch lạc từ họ nhiều hơn là chấp nhận ở người khác. Marques và Yzerbyt (1988) chứng minh rằng những người thường tha thứ cho thành viên thuộc nhóm của mình nhiều đến mức họ thường đánh giá quá cao hành động của thành viên trong nhóm, cho dù điều hoàn toàn dễ thấy rằng nói chung họ không thực hiện tốt nhiệm vụ được phân công. Nhưng nếu thành viên ngoài nhóm làm tương tự thì sẽ bị chỉ trích quyết liệt.

Tư cách thành viên nhóm và lòng tự trọng

Nguyên lý chính của thuyết đồng nhất xã hội là xem nhận dạng xã hội như một nguồn tự trọng cơ bản, có thể là thiết yếu, đối với cá nhân (Tajfel và Turner, 1979;

Turner, 1991). Chúng ta nhận ra điều này theo cách phản ứng trước những lời thóa mạ về nhóm của riêng mình: Bond và Venus (1991) nhận thấy rằng con người phản ứng đối với lời thóa mạ nhắm vào nhóm xã hội của mình mạnh hơn lời thóa mạ nhắm vào cá nhân họ. Điều này không chỉ là vấn đề bênh vực nhóm trước đám đông: họ cũng phản ứng mạnh cho dù bị thóa mạ ở nơi riêng tư, có mặt thành viên thuộc nhóm mình hay có mặt "người ngoài" hay không.

Nhóm xã hội không xảy ra trong cõi hư vô, mà xuất hiện trong thế giới thực, trong thế giới ấy, vạn vật không như nhau. Nhóm này khác với nhóm kia theo nhiều khía cạnh. Nhưng hai khía cạnh quan trọng nhất là quyền lực và địa vị. Một số nhóm tiếp cận đến các tài nguyên xã hội nhiều hơn các nhóm khác. Một số tương đối không có quyền lực, số khác có quyền lực tương đối.

Tajfel và Turner (1979) cho rằng nếu nhóm không thể cho phép thành viên của mình duy trì lòng tự trọng và phát xuất một số loại tôn trọng xã hội từ tư cách thành viên, thì khi ấy họ sẽ tìm cách lìa bỏ hay tự mình cách ly. Nhưng không phải mọi người đều thuộc về nhóm có địa vị cao, gần đây, các nhà nghiên cứu dành nhiều thời gian tìm hiểu những người thuộc về các nhóm địa vị thấp duy trì lòng tự trọng của mình ra sao. Về cơ bản, các biện pháp thay thế đều dễ hiểu: bạn bỏ nhóm nếu có thể, hay cố gắng thay đổi nhận thức về nhóm.

Bỏ nhóm để gia nhập vào nhóm có địa vị cao hơn gọi là tùy chọn **tính dễ thay đổi trong xã hội**. Nhưng không phải lúc nào điều này cũng luôn xảy ra: một số nhóm xã hội, như phụ nữ hay người da trắng, không thể dễ dàng bỏ được. Liệu một nhóm có thể bỏ được hay không (theo nghĩa kỹ thuật, cho dù có **ranh giới có thể thâm nhập** hay không) không tạo ra sự khác biệt đối với những người thuộc nhóm địa vị cao. Không có gì phải ngạc nhiên, Ellemers *và người khác* trong năm 1988 nhận thấy rằng lượng nhận dạng con người thuộc nhóm địa vị thấp thể hiện tùy vào khả năng có thể bỏ nhóm hay không. Con người đồng nhất với các nhóm địa vị thấp rõ ràng hơn nếu sự rời nhóm không phải là tùy chọn.

Nếu không thể rời khỏi nhóm thì biện pháp thay thế là cố thay đổi địa vị, còn gọi là tùy chọn **thay đổi xã hội**, bao gồm việc không thừa nhận địa vị của nhóm thông qua sự đối đầu trực tiếp: chẳng hạn chiến lược mang tính hiển nhiên trong áp lực ngày càng tăng đối với phụ nữ phải được chấp nhận trong giới quản lý cao cấp. **Tính sáng tạo xã hội** là một khả năng có thể khác: làm cho tư cách thành viên của nhóm trong một số cách mang tính thu hút hơn, chẳng hạn như bằng việc định nghĩa lại nhóm hay nhấn mạnh sự so sánh với các nhóm thay thế. Đây là nền tảng của phong trào "Da đen mới đẹp" ở Mỹ trong thập niên 1950, hình thành một bộ phận quan trọng trong phong trào đòi quyền bình đẳng chủng tộc.

Khi nghiên cứu thay đổi xã hội và tính sáng tạo xã hội, chúng ta nhận thấy sự liên kết khác giữa thuyết đồng nhất xã hội và mô tả xã hội. Cả hai chiến lược này bao gồm việc thay đổi mô tả xã hội do xã hội tán thành về nhóm ấy, cũng như thay đổi cách thành viên trong nhóm nhận xét về chính mình. Những thay đổi này không phải là nhiệm vụ không quan trọng. Một nhóm xã hội phát triển suy nghĩ gì về nhóm mình và về các nhóm xã hội khác thường là nguồn tự trọng thuyết phục đối với thành viên trong nhóm ấy, đến mức khó thay đổi được. Nhưng lịch sử chứng minh đôi lúc thay đổi như thế không phải là không thể.

Doise (1984) cho rằng đồng nhất xã hội và mô tả xã hội đều miêu tả hiện tượng xã hội liên kết, tìm hiểu ở các **mức độ phân tích** khác nhau. Mô tả xã hội được

Bảng 15.12 Cấp độ phân tích xã hội

Cấp độ	Lý thuyết
IV. Khái niệm chung về các vấn đề xã hội	Mô tả xã hội
III. Giữa các nhóm với nhau	Đồng nhất xã hội
II. Giữa cá nhân với nhau	NVC, các mối quan hệ, sự hấp dẫn
I. Trong cá nhân	Sự quy kết, sơ đồ xã hội

Nguồn: Doise, 1984

nghiên cứu ở cấp độ nhận thức hay lý thuyết chung về các vấn đề xã hội trong khi đồng nhất xã hội liên quan đến cấp độ giữa các nhóm: các nhóm trong xã hội tương tác với nhau ra sao, và cá nhân đồng nhất với nhóm xã hội của mình ra sao (Bảng 15.12).

Trong chương này, chúng ta nghiên cứu một số cách tìm hiểu người khác. Chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát một số cách mà con người tương tác với nhau không bằng lời, di đến việc nghiên cứu con người sử dụng thông tin xã hội để phát triển cách nhận thức hóa thế giới xã hội của riêng mình ra sao, dưới hình thức sơ đồ, quy kết, mô tả xã hội và đồng nhất xã hội. Trong chương sau, chúng ta sẽ xét đến cách con người tác động đến hành vi của nhau: nghiên cứu vai trò xã hội, sự lãnh đạo, tính tuân thủ, sự phục tùng và hỗ trợ.

Từ khóa

Tác dụng biểu hiện. Một loạt các hành động dùng để biểu thị trạng thái cảm xúc.

Sự phân loại. Giai đoạn thứ nhất trong quá trình đồng nhất xã hội, bao gồm việc họp người thành các nhóm hay tập hợp xã hội. Nghiên cứu cho thấy sự phân loại như thế, cho dù trên cơ sở tiêu chuẩn tối thiểu, có thể dẫn đến thành kiến thiên vị người trong nhóm.

Sự nhất trí. Một yếu tố trong tiếp cận quy kết hiệp biến để xét xem liệu người khác cùng hành động theo cách tương tự hay không.

Tính nhất quán. Một yếu tố trong tiếp cận quy kết hiệp biến để xem liệu một người có luôn hành động hay thường hành động theo cách ấy hay không.

Suy luận tương ứng. Một biến số trong thuyết quy kết nghiên cứu cách con người suy luận một hành động từ nguyên nhân khuynh hướng hay tình huống bằng cách phác họa vấn đề liệu kết quả có ảnh hưởng đến cá nhân hay không.

Quy kết khuynh hướng. Khi nguyên nhân của một hành vi cụ thể được cho là bắt nguồn từ nhân cách hay đặc điểm của chính cá nhân hơn là từ yêu cầu của tình huống.

Sự đặc biệt. Một yếu tố trong tiếp cận hiệp biến để quy kết nghiên cứu liệu cá nhân có hành động theo cách tương tự trong những tình huống giống với tình huống đang được xét hay không.

Tình tiết. Đơn vị hành động xã hội hoàn chỉnh bản thân nó có ý nghĩa trong khi vẫn đang hình thành một phần trong chuỗi hành động đang tiếp nối – giống như một cảnh trong vở kịch. Harré cho rằng nghiên cứu tình tiết chứ không phải động tác hay hành động hình thành đơn vị phân tích xã hội cơ bản.

Tiếp cận tình tiết, miêu tả. Tiếp cận nghiên cứu kinh nghiệm xã hội do Harré phát triển nhấn mạnh tầm quan trọng của toàn bộ tình tiết và miêu tả bằng lời.

Sai sót quy kết cơ bản. Cách con người thường áp dụng các tiêu chuẩn khác nhau trong việc quy kết lý do giải thích hành động của người khác hơn là quy kết lý do đối với hành động của chính mình. Nhất là con người thường đánh giá hành động của riêng mình là do yêu cầu tình huống nhưng hành động của người khác là do các nguyên nhân khuynh hướng.

Sự có liên quan đến hưởng lạc. Khuynh hướng cho rằng con người thường có khả năng đưa ra quy kết khuynh hướng về nguyên nhân của vấn đề gì đó, nếu vấn đề ấy có kết quả khó chịu hay dễ chịu đối với họ. Hành động có những hậu quả trung tính dễ có khả năng được đánh giá để xảy ra do kết quả của tình huống.

Thuyết gọi tên. Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội trên cơ sở quan điểm dự đoán tự thực hiện – sự mong đợi có thể tự khẳng định vì những người liên quan hành động như thể những mong đợi là đúng.

Nhận thức luận thế tục. Nghiên cứu suy nghĩ và mô tả xã hội hàng ngày được chấp nhận, chuyển đổi và thay đổi ra sao, và những gì được xem là hiểu biết có giá trị về các hệ thống suy nghĩ được xã hội chấp nhận.

Gợi ý không bằng lời. Động tác hay dấu hiệu truyền đạt thông tin cho người khác, cố ý hay vô tình, nhưng không liên quan đến việc sử dụng từ ngữ.

Liệt ngôn ngữ. Gợi ý không bằng lời trong cách con người phát biểu vấn đề chẳng hạn như âm sắc lời nói, những chổ tạm dừng hay tiếng 'um' và 'er'.

Sơ đồ cá nhân. Tập hợp các trí nhớ, hiểu biết và dự định mà một người có được về một cá nhân cụ thể.

Thuyết nhân cách. Khuynh hướng cho rằng con người rất có khả năng đưa ra quy kết khuynh hướng về nguyên nhân vấn đề nếu vấn đề ấy tác động đến cá nhân họ. Hành động không ảnh hưởng đến cá nhân họ rất có thể được đánh giá là do tình huống gây ra.

Phản ứng cơ dựng tóc. Một phần trong phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy bao gồm lông (tóc) dựng đứng, có thể làm cho động vật trông to lớn hơn và đáng sợ hơn.

Hiệu ứng tư thế. Cách mà con người trong báo cáo hay chuyện trò sôi nổi thường vô tình bắt chước dáng điệu hay tư thế của người khác.

Sơ đồ vai trò. Toàn bộ tập hợp trí nhớ, hành động và dự định đi kèm với một vai trò xã hội cụ thể; hiểu biết vai trò ấy.

Lòng tự trọng. Khía cạnh đánh giá nhận thức về bản thân, liên quan đến việc cá nhân cảm thấy bản thân đáng giá và/ hoặc tự tin đến mức nào.

Sơ đồ cái tôi. Toàn bộ tập hợp các trí nhớ, mô tả, dự định mà cá nhân có được về bản thân.

Thành kiến phục vụ cái tôi. Quan điểm cho rằng chúng ta đánh giá hành vi của riêng mình thiên vị hơn khi đánh giá hành vi của người khác, phần lớn là vì sai sót quy kết cơ bản.

Quy kết tình huống. Lý do giải thích hành động hay hành vi ngụ ý xảy ra do tình huống hay hoàn cảnh của cá nhân trong thời điểm ấy.

Thuyết mô tả xã hội. Lý thuyết nghiên cứu suy nghĩ chung phát triển và được chuyển vào các nhóm xã hội và xã hội nói chung ra sao. Suy nghĩ chung như thế phục vụ một chức năng quan trọng trong việc giải thích thực tại và trong việc biện minh hành động xã hội.

Suy nghĩ rập khuôn. Phân loại thành viên trong một nhóm xã hội như thể họ như nhau và đối xử với cá nhân thuộc nhóm ấy như thể không có đặc điểm nào khác nổi bật.

Tóm tắt

1. Giao tiếp không bằng lời sử dụng một số gợi ý, gồm thể hiện trên nét mặt, tiếp xúc bằng mắt, động tác và bộ dạng, khoảng cách, liệt ngôn ngữ, trang phục và nghi thức. Những gợi ý không bằng lời này có thể phục vụ nhiều chức năng khác nhau.
2. Nhận thức ở con người bao gồm việc áp dụng các lý thuyết nhân cách ẩn về những đặc điểm nào có thể được tìm thấy đi cùng nhau cũng như việc áp dụng suy nghĩ rập khuôn và gọi tên, xây dựng cá nhân và tác dụng gần đây.

3. Con người tìm hiểu thế giới xã hội của mình theo nhiều cách khác nhau. Khái niệm sơ đồ, quy kết, thái độ tất cả dùng để khảo sát các khía cạnh nhận thức xã hội khác nhau.

4. Thuyết quy kết liên quan đến cách con người quy nguyên nhân vào sự kiện hay hành động. Sai sót quy kết cơ bản là cách chúng ta đánh giá hành vi của người khác là do khuynh hướng của họ nhưng chúng ta xem hành vi của riêng mình là do tình huống.

5. Nhận thức luận thế tục liên quan đến giải thích và suy nghĩ mà con người sử dụng trong sinh hoạt hàng ngày. Khi chấp nhận suy nghĩ cụ thể, con người được thúc đẩy bằng nhu cầu cấu trúc, tính giá trị và kết luận cụ thể.

6. Mô tả xã hội là suy nghĩ chung được xã hội nói chung hay các nhóm trong xã hội tán thành. Mô tả xã hội thay đổi qua thời gian, quyết định thông tin trong một bối cảnh xã hội được chấp nhận hay áp dụng như thế nào.

7. Mô tả xã hội được hình thành qua một quá trình tin cậy và cụ thể hóa, làm cho quan điểm có thể dễ tiếp cận hơn nhưng cũng làm cho quan điểm thay đổi. Mô tả xã hội xảy ra ở cấp độ nhóm xã hội cũng như ở các cấp độ văn hóa hay rộng khắp xã hội.

8. Đồng nhất xã hội phát triển do phân loại xã hội, so sánh xã hội và nhu cầu tự trọng tích cực. Mâu thuẫn để các nhóm có vẻ chủ yếu phát sinh từ sự cạnh tranh tài nguyên có thực hay nhận thấy

Câu hỏi tự đánh giá

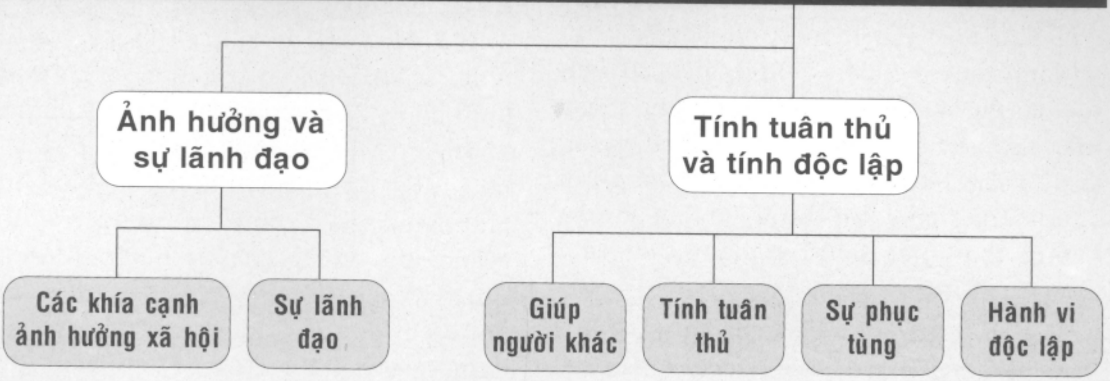
1. Hãy mô tả tóm tắt gợi ý không bằng lời chính sử dụng trong giao tiếp.
2. Hãy mô tả một số cơ chế cơ bản trong nhận thức cá nhân.
3. Hãy phác họa tiếp cận suy luận tương ứng đối với thuyết quy kết.

Câu hỏi thảo luận

1. Hãy đưa ra chứng cứ tán thành hay phản đối quan điểm cho rằng giao tiếp không bằng lời quan trọng hơn ngôn ngữ đối với con người.
2. Chúng ta sử dụng cơ chế tâm lý học nào để tìm hiểu thế giới xã hội?
3. Nhận thức mô tả xã hội để hiểu biết hành động xã hội của con người quan trọng như thế nào?

chương 16

Ảnh hưởng xã hội và hoạt động xã hội


Ảnh hưởng và sự lãnh đạo
Tính tuân thủ và tính độc lập
Các khía cạnh ảnh hưởng xã hội
Sự lãnh đạo
Giúp người khác
Tính tuân thủ
Sự phục tùng
Hành vi độc lập

Đối tượng nghiên cứu

16.1. Đồng hành động và ảnh hưởng của khán giả

a. Mô tả nghiên cứu đồng hành động hay ảnh hưởng của khán giả

b. Phác họa giải thích về sự lười nhác xã hội

c. Nhận dạng đồng hành động hay ảnh hưởng của khán giả từ các minh họa

16.2. Nhóm và vai trò

a. Định nghĩa thuật ngữ về nghiên cứu vai trò và nhóm

b. Mô tả nghiên cứu vai trò xã hội hay hành vi nhóm

c. Phác họa giải thích về sự phân cực nhóm

16.3. Sự lãnh đạo

a. Phân biệt giữa các cách lãnh đạo khác nhau

b. Mô tả nghiên cứu sự lãnh đạo

c. Phác họa các lý thuyết lãnh đạo chính

16.4. Tính tuân thủ

a. Mô tả nghiên cứu tính tuân thủ

b. Nhận dạng các yếu tố góp phần tuân thủ

c. Phác họa các loại tuân thủ

16.5. Sự phục tùng

a. Mô tả nghiên cứu sự phục tùng

b. Nhận dạng yếu tố có thể tăng giảm sự phục tùng

c. Phác họa lý thuyết phục tùng của Milgram

16.6. Sự can thiệp của người bàng quan

a. Định nghĩa thuật ngữ về sự can thiệp của người bàng quan

b. Mô tả nghiên cứu hành vi giúp đỡ

c. Phác họa giải thích về hành vi của người bàng quan

16.7. Sự chống đối

a. Mô tả nghiên cứu sự chống đối

b. Nhận dạng các yếu tố có khả năng dẫn đến chống đối

c. Định nghĩa thuật ngữ về hành vi độc lập

16.8. Ảnh hưởng thiểu số

a. Mô tả nghiên cứu ảnh hưởng thiểu số

b. Nhận dạng các yếu tố chính trong ảnh hưởng thiểu số

c. Đánh giá phương pháp nghiên cứu dùng để nghiên cứu ảnh hưởng thiểu số

Trong chương này, chúng ta xét đến một số cách trong đó con người tương tác với nhau và hành vi của người khác ra sao hay bối cảnh xã hội trong đó chúng ta nhận thấy có ảnh hưởng đến cách hành xử của bản thân. Các nhà tâm lý học nghiên cứu điều này theo nhiều cách khác nhau, từ việc tìm hiểu hành vi nhóm và sự lãnh đạo cho đến việc nghiên cứu tại sao chúng ta nghe lời người khác hay tuân thủ yêu cầu của xã hội. Tất cả chúng ta đều ảnh hưởng và chịu ảnh hưởng bởi người khác cho dù chúng ta hoàn toàn không nhận biết điều này đang diễn ra.

CÁC KHÍA CẠNH ẢNH HƯỞNG XÃ HỘI

Một trong những khám phá đầu tiên về hành vi xã hội do các nhà tâm lý học xã hội tiến hành là con người ảnh hưởng đến hành vi của người khác bằng cách có mặt khi họ đang làm việc gì đó. Điều này còn gọi là tạo điều kiện xã hội. Năm 1898, Triplett tiến hành một trong những nghiên cứu đầu tiên về **tạo điều kiện xã hội,** khi ông yêu cầu nhiều trẻ em quay lưới đánh cá càng nhanh càng tốt trong khoảng thời gian ấn định. Triplett nhận thấy các em quay lưới nhanh hơn, hăng hái hơn nếu có các em khác đang làm việc trong cùng căn phòng hơn là các em quay một mình.

Triplett giải thích chứng cứ này theo nghĩa cạnh tranh, cho rằng lý do giải thích các em làm việc nhanh hơn là vì trong tiềm thức cạnh tranh với các em khác. Nhưng trong năm 1920, Allport tiến hành nghiên cứu tương tự, lần này đưa các bài toán nhân cho sinh viên giải. Lần này, sinh viên được căn dặn trực tiếp không phải ganh đua với nhau, nhưng thêm lần nữa, sinh viên khi cùng với nhiều sinh viên khác thì giải các bài toán nhiều hơn là giải một mình. Thậm chí số sinh viên này còn giải nhiều hơn nữa nếu họ nhận thấy số sinh viên khác đang giải toán như mình. Có vẻ **đồng hoạt động,** hay đơn thuần trong trạng thái hoạt động trong khi người khác cũng đang hoạt động gần đó, có thể là một tác động xã hội thuyết phục.

Nhưng không phải lúc nào điều này cũng luôn rõ ràng. Dashiell (1930) cũng nghiên cứu sinh viên giải các bài toán nhân rất nhanh nếu có các sinh viên khác đang giải toán đồng hoạt động với họ. Tuy nhiên, không như Allport, Dashiell nhận thấy nếu loại trừ mọi sự ganh đua khỏi công việc, sinh viên nhận thức rằng không có yếu tố ganh đua nào ở đây thì tác dụng đồng hoạt động sẽ biến mất. Sinh viên giải xong số lượng bài toán giống như lúc giải một mình. Một giải thích có thể đối với sự khác nhau giữa những chứng cứ này ở chỗ những người tham gia nghiên cứu của Allport được cho biết bằng lời không nên ganh đua trong khi Dashiell cẩn thận điều chỉnh tình huống để chắc chắn rằng sinh viên không ganh đua với nhau, vì thế có thể những người tham gia nghiên cứu của Allport thực sự ganh đua với nhau cho dù họ được căn dặn không nên ganh đua như thế.

SỰ CÓ MẶT CỦA NGƯỜI KHÁC

Trong phần nghiên cứu khác của Dashiell, các sinh viên khác không làm việc trong sự đồng hoạt động, thay vào đó họ chỉ ngồi quan sát người khác làm việc. Dashiell nhận thấy chỉ có một khán giả không thôi cũng có nghĩa rằng sinh viên thực hiện số lượng bài toán nhân nhiều hơn. Mặt khác, cũng có nghĩa họ thường sai sót nhiều hơn. Các nhà nghiên cứu khác cũng phát hiện rằng **ảnh hưởng của khán giả** thường ảnh hưởng đến hành vi theo cách này, và đi đến việc khảo sát nhiều yếu tố có vẻ ảnh hưởng đến hành vi do sự có mặt của người khác nhiều đến mức nào.

Cotterell *và người khác.* (1968) chứng minh rằng nếu một khán giả bị bịt mắt không thể quan sát chính xác những gì người tham gia nghiên cứu đang làm, thì ảnh hưởng của khán giả ít nhiều biến mất. Ngụ ý ở chỗ điều quan trọng là vị trí **đánh giá** hoạt động của người khác ở khán giả. Để ủng hộ quan điểm này, Paulus và Murdock (1971) so sánh ảnh hưởng của các loại khán giả khác nhau đối với người tham gia nghiên cứu sinh viên, và nhận thấy ảnh hưởng của khán giả khi khán giả là một "chuyên gia" (người ở trong vị trí đánh giá cá nhân hành động tốt như thế nào) mạnh hơn nhiều so với khán giả chỉ toàn những sinh viên tâm lý học hiếu kỳ.

Yếu tố khác ảnh hưởng đến sự tác động của khán giả là **số lượng** và **địa vị** của khán giả. Porter (1939) yêu cầu người tham gia nói lắp nói thật to cho một khán giả nghe, nhận thấy rằng số lượng khán giả càng đông thì họ càng nói lắp. Họ bị số khán giả đông tác động nhiều hơn là số khán giả ít. Trong một nghiên cứu khác, Latané và Harkins (1976) yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá họ cảm thấy lo lắng thế nào khi phải ngâm thơ trước nhiều khán giả. Số khán giả khác nhau về số lượng lẫn địa vị. Họ nhận thấy người tham gia nghiên cứu tự đánh giá mình lo lắng nhiều hơn nếu khán giả đông hơn hay gồm những người có địa vị cao hơn mình, so với số khán giả ít hơn hay không quan trọng.

Jackson và Latané (1981) so sánh cách đánh giá sự lo lắng ở những người chuẩn bị trình diễn trên sân khấu. Họ nhận thấy những người sắp độc diễn, tự đánh giá mình lo lắng nhiều hơn những người sắp trình diễn theo nhóm với người khác. Jackson và Latané cho rằng điều này là do **sự phân tán tác động** đối với những người trình diễn theo nhóm: toàn bộ ảnh hưởng khi có khán giả được chia sẻ giữa nhiều người khác nhau trên sân khấu thay vì chỉ tập trung vào một người.

Lý thuyết ảnh hưởng của khán giả

Zajonc (1965) cho rằng lý do giải thích tại sao ảnh hưởng của khán giả là nguyên nhân dẫn đến sai sót nhiều hơn là do sự có mặt của khán giả đặt người khác vào trong **trạng thái xu thế cao** (xem Chương 13). Khi một cơ thể sống – động vật hay con người – trong trạng thái xu thế cao, sẽ thực hiện rất tốt các công việc duy trì đời sống đơn giản (như ăn hay bỏ chạy) nếu được yêu cầu đảm nhận các công việc phức tạp, xu hướng thực hiện thường kém hơn. Chúng ta đã biết quan điểm này trước đây khi nghiên cứu Luật đánh thức Yerkes-Dodson trong Chương 13. Áp dụng giải thích này vào nghiên cứu ảnh hưởng của khán giả, Zajonc lập luận rằng nghiên cứu như nghiên cứu mà Dashiell (1930) báo cáo tạo ra trạng thái xu thế cao ở sinh viên đến mức họ được tiếp thêm sinh lực và làm việc nhanh. Nhưng vì trạng thái xu thế cao họ cũng thực hiện kém chính xác hơn – rất có thể phạm sai lầm nhiều hơn. Thực tập cũng có nghĩa là con người ít có khả năng phạm sai lầm hơn, điều này là do công việc thường xuyên thực tập không đòi hỏi chú ý ý thức. Lập luận của Zajonc cũng giải thích sự có mặt của người khác làm tăng sự chú ý duy trì như chúng ta đã biết trong Chương 2.

Các nhà nghiên cứu khác đưa ra những lời giải thích khác. Baron (1986) cho rằng ảnh hưởng của khán giả là vì người tham gia nghiên cứu bị xao lãng trước công việc khi có mặt của người khác. Điều này tạo ra xung đột bên trong ở cá nhân vì họ đang có hai nguồn đang yêu cầu phải chú ý. Xung đột giữa việc liệu mình có nên chú ý đến số khán giả hay chú ý đến công việc mình đang làm, tạo ra sự căng thẳng, sự căng thẳng dẫn đến trạng thái xu thế cao, dẫn đến sai sót. Điều này còn gọi là **thuyết xung đột – xao lãng** của ảnh hưởng từ khán giả.

Cả Zajonc lẫn Baron đều cho rằng ảnh hưởng của khán giả phát sinh từ một số xu thế cơ bản, tạo ra căng thẳng hay đánh thức ở cá nhân khi đối mặt trước tình huống khó khăn. Nhưng một thuyết thứ ba do Bond đề xuất năm 1982, nói chung không sử dụng mô hình xu thế. Thay vào đó chỉ liên quan đến cách chúng ta tự giới thiệu mình với người khác. Bond cho rằng ảnh hưởng của khán giả là vì con người muốn giới thiệu trước những người đang quan sát một **hình ảnh có lợi.** Công việc dễ không có vấn đề gì vì cá nhân tập trung vào công việc và nhận thức rằng mình đang làm tốt công việc. Nhưng khi giải quyết các công việc phức tạp hay khó khăn hơn, vấn đề khó hơn nhiều.

Trong những trường hợp như thế, cá nhân có hai vấn đề phải đối phó cùng lúc: thứ nhất, yêu cầu của chính công việc, và thứ hai nhận thức rằng một sai sót hay chiến lược sai lầm bất kỳ rất dễ bị người khác nhìn thấy. Điều này có nghĩa họ trở nên lúng túng, vô cùng lo âu hay thậm chí rút lui như sự bảo vệ chống lại sự chế giễu hay không tán thành của xã hội. Đến lượt, những phản ứng này rất có thể tập trung làm công việc thậm chí khó khăn hơn và dẫn đến số lượng sai sót nhiều hơn. Lý thuyết của Bond được gọi là thuyết ảnh hưởng của khán giả **tự giới thiệu.**

Sự lười nhác xã hội

Đồng hành động và ảnh hưởng của khán giả luôn có vẻ làm cho con người phải làm việc chăm chỉ hơn yêu cầu. Nhưng không phải lúc nào cũng thế. Latané, Williams và Hawkins (1979) chứng minh rằng đôi khi làm việc với người khác có nghĩa rằng cá nhân trong công việc ít cố gắng hơn, chứ không phải nhiều hơn. Họ gọi đây là **sự lười nhác xã hội.** Trong một nghiên cứu, Latané, Williams và Hawkins yêu cầu sinh viên tạo ra tiếng ồn càng nhiều càng tốt. Họ nhận thấy sinh viên khi hành động cùng với người khác tạo ra tiếng ồn ít hơn khi họ làm một mình. Trong một nhóm 4 người, cả nhóm tạo ra tiếng ồn chỉ gấp hai lần tiếng ồn của một cá nhân tạo ra. Nếu trong nhóm có 6 người tiếng ồn họ tạo ra chỉ hơn một người có 2,4 lần. Ngay cả cho phép phối hợp hiệu ứng âm thanh, kết quả này cho thấy rằng những người tham gia hoàn toàn không cố gắng hết mình.

Latané, Williams và Hawkins (1979) sau đó lập ra "các nhóm giả" đặc biệt. Trong những điều kiện thí nghiệm này, sinh viên chỉ hét to một mình nhưng cứ nghĩ rằng mình đang hét cùng với người khác. Các nhà nghiên cứu nhận thấy điều ngụ ý qua chứng cứ thí nghiệm nhóm đã đúng: sinh viên không tạo ra nhiều tiếng ồn. Một người tham gia nghiên cứu chỉ tạo ra 82% số tiếng ồn mà họ tạo một mình, nếu họ nghĩ rằng mình tạo ra tiếng ồn cùng với một người khác. Nếu cho rằng mình tạo ra tiếng ồn với 5 người khác thì họ chỉ tạo khoảng 74% tiếng ồn.

Lười nhác xã hội được quan sát trong nhiều công việc khác nhau. Trong một số cách, gần như trái với khán giả tiêu chuẩn hay ảnh hưởng đồng hoạt động. Nhưng cũng có một số khác biệt đáng kể giữa hai loại tình huống. Một trong số này là cá nhân cảm thấy trách nhiệm của mình ra sao đối với kết quả cuối cùng. Williams, Hawkins và Latané (1981) cho rằng lười nhác xã hội diễn ra vì tính nặc danh tương đối của phần đóng góp cá nhân. Họ tiến hành một nghiên cứu tạo tiếng ồn tương tự, trong đó công việc về cơ bản như nhau. Tuy nhiên lần này, họ cho sinh viên hiểu rằng sự đóng góp của chính họ trong tiếng ồn chung sẽ được nhận dạng từng người. Trong trường hợp này, các nhà nghiên cứu nhận thấy lười nhác xã hội nói chung không diễn ra. Vì thế có vẻ lười nhác xã hội rất có khả năng xảy ra trong các tình huống sự đóng góp của cá nhân là nặc danh, trộn lẫn với sự đóng góp của người khác. Trong những tình huống riêng tư hơn, đồng hoạt động và ảnh hưởng của khán giả có vẻ đúng với quy luật hơn.

Thay đổi rủi ro

Cũng với người khác cũng ảnh hưởng đến cách chúng ta suy nghĩ, ảnh hưởng đến loại quyết định cũng như số lượng đưa ra ý kiến của chúng ta. Nghiên cứu sự phân cực nhóm và suy nghĩ nhóm cho thấy ảnh hưởng này quan trọng đến mức nào.

Chẳng hạn: năm 1961, một sinh viên quản trị tên James Stoner quyết định nghiên cứu liệu nhóm và ủy ban về bản chất mang tính bảo thủ là việc có thật hay không, và luôn chọn những tùy chọn cẩn trọng hơn khi họ ra quyết định. Stoner tiến hành nghiên cứu bao gồm cả cá nhân lẫn nhóm phải ra quyết định. Thông thường, những người liên quan được phân công một loạt vấn đề và yêu cầu phải quyết định mỗi trường hợp nên giải quyết ra sao. Tất cả quyết định đều có một số mức độ rủi ro, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu cho biết họ tìm thấy mức độ rủi ro nào là có thể chấp nhận được. Sau đó họ bàn bạc những vấn đề này với người khác trong một nhóm.

Stoner nhận thấy nhóm thường có khuynh hướng ra quyết định nhất trí có rủi ro nhiều hơn với quyết định do thành viên cá nhân đưa ra. Ngoài ra, quyết định của nhóm ảnh hưởng đến cách họ nhìn nhận vấn đề: khi đánh giá cá nhân thu thập được lần thứ hai, Stoner nhận thấy sau khi thảo luận nhóm con người có khuynh hướng ra quyết định rủi ro nhiều hơn quyết định họ ra trước đó. Một số nhà tâm lý học xã hội (như Kogan và Wallach, 1967) tái tạo những chứng cứ này, điều này có vẻ được biết với tên gọi **hiện tượng thay đổi rủi ro** thực sự đang tồn tại.

Wallach, Kogan và Bem (1962) cho rằng có thể đây là **sự phân tán trách nhiệm** – trách nhiệm chung khi hoạt động trong một nhóm – tạo ra ảnh hưởng. Mỗi cá nhân cấu thành nhóm cảm thấy có khả năng ra quyết định rủi ro nếu bản thân họ không có trách nhiệm chung: thuộc về nhóm giúp họ cảm thấy an toàn hơn khi hành động đơn độc.

Sự phân cực nhóm

Giả thuyết phân tán trách nhiệm bị phủ nhận khi năm 1969, Moscovici và Zavalloni chứng minh rằng nhóm có thể đi đến việc ra quyết định bảo thủ hơn cũng như rủi ro hơn. Họ cho rằng những gì đang diễn ra không phải là thay đổi rủi ro mà chỉ là **sự phân cực nhóm**. Kết quả thảo luận, quan điểm của nhóm bị phân cực – thay đổi sang cực này hay cực khác. Liệu quyết định nhóm có rủi ro hay thận trọng hơn tùy vào quyết định ban đầu của các thành viên trong nhóm. Nói chung nếu nhóm ủng hộ tiếp cận vấn đề thật cẩn trọng, Moscovici và Zavalloni nhận thấy sự thay đổi hướng về sự cẩn trọng. Nếu ủng hộ tiếp cận vấn đề theo cách mạo hiểm, thì sự thay đổi hướng về rủi ro.

Những nhận xét này liên kết với hiện tượng **suy nghĩ nhóm**, chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 5. Chúng ta đã biết ủy ban và các nhóm khác phát triển định nghĩa được nhất trí của riêng mình xem điều gì là quan trọng, nhưng thực ra không liên hệ với thế giới thực nói chung, nhưng quyết định loại quyết định mà nhóm sẽ đưa ra. Giả định và suy nghĩ chung của nhóm chắc chắn có nhiều ảnh hưởng đến quyết định hơn là việc xem quyết định có rủi ro hay không.

Lamm và Myers (1978) đề cập hai giải thích có thể đối với sự phân cực nhóm. Một trên cơ sở tính khả dụng thông tin. Quan điểm cho rằng trong khi thảo luận nhóm, thành viên trong nhóm nhận thông tin bổ sung giải thích rõ vấn đề. Thông tin bổ sung ấy trình bày quan điểm của đa số. Vì thế nếu hầu hết nhóm ủng hộ sự cẩn trọng thì thảo luận của nhóm tập trung vào các lý do cẩn trọng và cung cấp cho mỗi thành viên thông tin bổ sung theo hướng này. Nhưng trong một nhóm hầu hết đều ủng hộ quyết định rủi ro thì lý do chọn cơ hội sẽ là lý do được thảo luận nhiều nhất.

So sánh xã hội

Tuy nhiên, mặc dù thông tin bổ sung thông qua thảo luận có thể là yếu tố trong sự phân cực nhóm, nhưng không thể là lý do chung, vì Myers và Kaplan (1976) tiến hành nghiên cứu trong đó phân cực nhóm diễn ra nói chung người tham gia nghiên cứu không nghe một lập luận bất kỳ – hoàn toàn chỉ biết qua sự thiên vị của các thành viên khác trong nhóm. Tuy nhiên, nghiên cứu này ủng hộ cho giải thích thứ hai, trên cơ sở lý thuyết so sánh xã hội của Festinger (1954). Lý thuyết **so sánh xã hội** cho rằng con người liên tục đánh giá bản thân, cố gắng giới thiệu bản thân theo cách tốt nhất. Trong một nghiên cứu phân cực nhóm, con người tìm thấy từ thảo luận liệu rủi ro hay cẩn trọng có phải là một đặc tính được xã hội ưa thích đối với nhóm cụ thể ấy hay không, vì thế họ phản ứng đối với vấn đề theo cách suy nghĩ ấy.

Jellison và Davis (1973) chứng minh rằng những người tham gia nghiên cứu cũng thường đánh giá những người có thái độ cực đoan thiên vị nhiều hơn những người có thái độ quy ước. Điều này cung cấp một số ủng hộ bổ sung đối với quan điểm so sánh xã hội, ở chỗ một khi xu thế được xã hội mong muốn đã hình thành thì một người diễn đạt xu thế ấy rõ ràng chắc chắn sẽ được người khác tán thành. Vì thế một người nhận xét về mình trong bối cảnh xã hội là yếu tố quan trọng cần phải tính đến nếu muốn tìm hiểu hành vi của họ.

VAI TRÒ XÃ HỘI

Một trong những khái niệm quan trọng nhất mà chúng ta sử dụng trong việc tìm hiểu sự tương tác xã hội của con người là khái niệm **vai trò xã hội.** Khi cùng với người khác không phải chúng ta hành động ngẫu nhiên hay theo ý thích bất chợt. Chúng ta cũng không phát triển suy nghĩ mỗi lần nên có một hành động xã hội được xã hội mong đợi. Phần lớn đời sống xã hội của chúng ta được tiến hành bằng cách đảm nhiệm những vai trò được hiểu thấu đáo như thể chúng ta đang đóng kịch. Chúng ta biết người khác mong đợi chúng ta có loại hành vi gì, những người khác chúng ta quan hệ cũng như thế. Chẳng hạn nếu tôi vào thư viện tìm một quyển sách, tôi biết mình nên thể hiện loại hành vi nào và chắc chắn phải tuân thủ với nó.

Ngoài ra, tôi cũng có **mong đợi vai trò** rõ ràng về hành động của người thủ thư. Có lẽ tôi sẽ ngạc nhiên lẫn khó chịu nếu người thủ thư đột nhiên hành động khác với mong đợi này, và người thủ thư có lẽ cũng ngạc nhiên và khó chịu nếu tôi hành động theo cách khác hẳn với mong đợi của xã hội. Chắc chắn tôi sẽ bị xã hội trừng phạt hay "nhận hình phạt" thuộc loại nào đó. Hình phạt xã hội thay đổi từ cách diễn đạt sự không đồng ý thật ôn tồn cho đến những hình thức cực đoan hơn như (trong trường hợp này) bị cấm vào thư viện hay thậm chí, trong trường hợp thái quá, bị tống giam.

Thật thú vị, con người hiếm khi cần được dạy bảo vai trò thật rõ ràng. Trong Chương 18 chúng ta sẽ xét một số cách trẻ em tham gia tập quen xã hội qua các quá trình như mô phỏng người khác hay đồng nhất với những người có **vai trò mẫu** đặc biệt. Tất cả chúng ta đều xem người này đối với mình quan trọng hơn là người khác, và học hỏi hiệu quả nhất từ những người quan trọng ấy. Nhưng nói chung chúng ta chấp hành nguyên tắc về hành vi xã hội theo mong đợi một cách vô thức khi trưởng thành – và thường nhập tâm sâu sắc những nguyên tắc này. Điều này có nghĩa đôi lúc con người phản ứng trước những áp lực xã hội không hề có một nhân vật uy quyền bên ngoài cho họ biết rằng nên làm gì – hoàn toàn nhận biết điều gì được mong đợi trong một vai trò cụ thể là đủ.

Nghiên cứu nhà tù Stanford

Năm 1973, Haney, Banks và Zimbardo chứng minh thật ấn tượng khi biết vai trò xã hội ấn của chúng ta có tác động mạnh đến mức nào. Họ chứng minh rằng việc thủ diễn các vai trò xã hội nổi tiếng mang lại hành vi độc ác, không điển hình ở những người hoàn toàn bình thường. Các nhà nghiên cứu tiến hành một tình huống thí nghiệm, trong đó tầng hầm ở đại học Stanford được cải tạo cho giống nhà tù, có những xà lim bình thường, một xà lim rất tù túng (thực ra là tủ dựng chén được cải tạo) và một phòng quan sát "bảo vệ".

Haney, Banks và Zimbardo (1973) chọn 21 nam tham gia nghiên cứu, tất cả tình nguyện tham gia và được đánh giá có cảm xúc ổn định. Các nhà nghiên cứu phân công 9 người đóng vai "tù nhân", số còn lại đóng vai "bảo vệ" để làm cho càng giống thật càng tốt, người tham gia nghiên cứu bị cảnh sát địa phương "bắt" tại nhà mình, áp tải vào nhà tù, bị lột trần truồng, tắm vòi hoa sen trước khi mặc đồng phục tù nhân. "Bảo vệ" cũng mặc đồng phục phản ánh địa vị của họ. Họ đeo kính mát phản chiếu, gậy baton, và còi.

Ban đầu dự định thí nghiệm trong 2 tuần nhưng các nhà nghiên cứu phải tạm ngưng chỉ sau 5 ngày. Lý do là số bảo vệ nhà tù đảm nhận vai trò quá đạt, hậu quả tâm lý phát triển ở những sinh viên đóng vai tù nhân. Mặc dù không được phép sử dụng bạo lực, nhưng số bảo vệ đã nhập vai, hành động ngày càng hung bạo về mặt tâm lý trấn áp tù nhân – chẳng hạn muốn đi vệ sinh phải có "đặc quyền", 5 tù nhân được "phóng thích" vì có những triệu chứng cấp tính của bệnh trầm cảm và lo âu.

Có nhiều cơ chế xã hội trong thí nghiệm này. Cơ chế chính là diễn đạt **mong đợi vai trò.** Những người đóng vai bảo vệ biết rằng người ta nghĩ mình sẽ đối xử thô bạo. Nhưng họ có một vài vai trò mẫu đối với các loại hành vi khác ở bảo vệ nhà tù, vì thế thực sự họ tàn bạo hơn bảo vệ nhà tù thật sự. Về phần mình, mong đợi vai trò của tù nhân cũng ấn tượng như mong đợi vai trò của bảo vệ. Họ nghĩ rằng mình bất lực, chỉ trông cậy vào lòng tốt của bảo vệ, nhanh chóng trở thành người lệ thuộc và trầm cảm. Điều này cực đoan đến mức khi một tù nhân toan tổ chức chống đối, số tù nhân khác xem anh ta là kẻ tạo rắc rối, không chịu ủng hộ.

Yếu tố khác là quá trình **làm mất cá tính**, chúng ta xét đến trong Chương 17. Kính mát phản chiếu mà bảo vệ deo có nghĩa rằng họ nặc danh, không ai nhận ra, khiến họ nhập vai tốt hơn.

Điều đặc biệt chắc chắn là những kết quả này không chỉ là hậu quả nhân cách ở cá nhân. Như đã nêu, mọi người tham gia nghiên cứu khi được chọn đều có cảm xúc ổn định, tuy nhiên tù nhân nhanh chóng trở thành người trầm cảm, lo âu, tuân lệnh. Số bảo vệ sau này khi nhớ lại hành vi của mình đều hoảng hốt khi thấy mình quá tàn bạo: trong đời sống thường nhật họ thường xem mình là người rất tử tế. Nhưng bối cảnh xã hội và mong đợi vai trò đã tạo ra hoàn toàn khác hẳn.

Vai trò nhóm

Trong một nhóm xã hội, con người thường đảm nhận vai trò rất khác nhau. Nếu bạn nghĩ một nhóm người mà bạn biết thường xuyên gặp mặt nhau thì bạn nhận thấy những người khác trong nhóm ấy có vai trò khác nhau. Một số người có thói quen hay đùa, người khác có óc tổ chức, v.v... - mặc dù trong các nhóm tình bạn, những vai trò này thường dao động nhiều, với những người hành động theo tâm trạng hơn là tuân thủ những mong đợi theo thói quen.

Tuy nhiên, trong các nhóm làm việc, vai trò nhóm đôi lúc nhất quán nhiều hơn. Bales (1970) cho rằng trong hầu hết các nhóm làm việc có hai loại chuyên gia khác nhau xuất hiện: **chuyên gia công việc** và **chuyên gia cảm xúc xã hội.** Chuyên gia công việc là người trong nhóm chủ yếu quan tâm đến việc cụ thể hóa mục tiêu nhóm cần đạt đến, và điều phối hoạt động của nhóm. Trái lại, chuyên gia cảm xúc đặc biệt liên quan đến việc đảm bảo các mối quan hệ xã hội trong nhóm hoạt động trôi chảy, và cá nhân được thúc đẩy để chấp nhận mục tiêu của nhóm. Mặc dù một lãnh đạo hiệu quả có thể phối hợp cả hai vai trò này, Bales cho rằng chúng thường được những người khác nhau thực hiện. Bales cũng cho rằng hai loại này thực sự phân biệt hai cách lãnh đạo khác nhau. Chúng ta sẽ khảo sát cách lãnh đạo vào cuối chương này.

Năm 1948, các nhà tâm lý học tổ chức Benne và Sheats nhận dạng nhiều vai trò nhóm có thể phát hiện khi quan sát nhóm xã hội đang hoạt động. Về cơ bản, Benne và Sheats nhận thấy vai trò nhóm có thể chia thành 3 nhóm chính. Là những nhà tâm lý học tổ chức, đương nhiên họ quan tâm đến vai trò liên quan đến cách nhóm giải quyết công việc, nhiệm vụ hay vấn đề, vì thế nhóm thứ nhất họ nhận dạng là "vai trò nhiệm vụ nhóm". Có 10 vai trò phối hợp (xem Bảng 16.1), bao gồm các vai trò chẳng hạn như người tìm thông tin suy luận vấn đề và thông tin từ người khác, người định hướng, hướng dẫn thảo luận, theo dõi, kỹ thuật viên quá trình chuyên xử lý nhiệm vụ thường ngày và người đánh giá – phê bình đánh giá thành tựu của nhóm theo các tiêu chuẩn bên ngoài.

Tập hợp vai trò thứ hai mà Benne và Sheats nhận dạng gọi là "vai trò duy trì hay xây dựng nhóm", đảm bảo rằng nhóm hoạt động chức năng tốt: duy trì bầu không khí tích cực, cố kết và mối quan hệ làm việc tốt giữa các thành viên trong nhóm. Có 7 vai trò phối hợp (xem Bảng 16.2) bao gồm vai trò của người hòa giải luôn giải quyết mâu thuẫn ở thành viên trong nhóm, người gác cổng điều tiết đàm thoại sao cho ai cũng được quyền phát biểu, và người ấn định tiêu chuẩn đặt ra các tiêu chuẩn và giới hạn cho nhóm.

Bảng 16.1 Vai trò nhiệm vụ nhóm

Người khởi xướng – người đóng góp	Đề nghị các ý kiến mới về, hay những giải pháp mới lạ đối với, một vấn đề.
Người tìm thông tin	Nhấn mạnh vấn đề và thông tin khác từ người khác.
Người tìm quan điểm	Thu hút đầu vào liên quan đến thái độ và suy nghĩ về quan điểm đang được xem xét.
Người trau chuốt	Giải thích, triển khai vấn đề do người khác đưa ra.
Người điều phối	Kết hợp thông tin từ nhóm.
Người định hướng	Hướng dẫn thảo luận và bám vào chủ đề khi nhóm lạc đề.
Người đánh giá – phê bình	Sử dụng một số tập hợp tiêu chuẩn để đánh giá thành tựu của nhóm.
Người tiếp thêm sinh lực	Kích thích nhóm hành động.
Kỹ thuật viên quá trình	Xử lý nhiệm vụ thường ngày chẳng hạn như cung cấp tài liệu hay trang thiết bị cần thiết.
Người ghi chép	Theo dõi hoạt động của nhóm và ghi biên bản.

Nguồn: Benne và Sheats, 1948

Benne và Sheats mô tả tập hợp vai trò thứ ba như "tự cho mình là trung tâm": là những vai trò trong đó cá nhân sử dụng vị trí chính thức của mình để thúc đẩy mình quan tâm hơn nữa, diễn đạt suy nghĩ hay quan tâm của riêng mình hay để tiêu khiển. Những vai trò này được liệt kê thành 8 loại (xem Bảng 16.3), gồm người tấn công công kích ý kiến hay sự đóng góp của người khác để duy trì địa vị cá nhân, người tìm sự thừa nhận là tìm cách để cho nhóm nhận biết sự đóng góp của riêng mình, người ăn chơi sử dụng sự khôi hài và hành động không thích hợp

Bảng 16.2 Vai trò xây dựng và duy trì nhóm

Người khuyến khích	Khuyến khích sự đóng góp của người khác.
Người hòa giải	Giải quyết mâu thuẫn giữa các thành viên trong nhóm.
Người thỏa thuận	Cố đưa ra giải pháp hai bên có thể đồng ý đối với các thành viên mâu thuẫn
Người gác cổng	Điều tiết dòng chảy thông tin sao cho tất cả thành viên đều có quyền phát biểu.
Người ấn định tiêu chuẩn	Ấn định tiêu chuẩn và giới hạn đối với hoạt động của nhóm.
Người quan sát của nhóm	Đưa ra nhận xét khách quan về sắc thái hành động tương tác của nhóm.
Người tuân thủ	Chấp chận quan điểm của người khác và hòa hợp với đa số trong nhóm.

Nguồn: Benne và Sheats, 1948

Bảng 16.3 Vai trò tự cho mình là trung tâm

Người tấn công	Cố thúc đẩy địa vị của riêng mình trong nhóm bằng cách công kích người khác.
Người ngăn chặn	Cố ngăn chặn mọi hành động của nhóm và từ chối việc hòa hợp với nhóm.
Người tìm sự công nhận	Cố thể hiện thành tựu của riêng mình để được nhóm chú ý.
Người xưng tội	Sử dụng thảo luận nhóm để giải quyết vấn đề cá nhân.
Người ăn chơi	Có hành động không thích hợp và khôi hài để đánh lạc hướng chú ý khỏi nhiệm vụ.
Người thống trị	Cố gắng độc quyền nhóm.
Người tìm sự giúp đỡ	Cố giành lấy sự cảm thông bằng cách thể hiện sự thiếu an toàn hay không thích hợp.
Người khẩn cầu quyền lợi đặc biệt	Không ngừng lý lẽ để làm tăng mong muốn của mình.

Nguồn: Benne và Sheats, 1948

để đánh lạc hướng chú ý khỏi các hoạt động hay nhiệm vụ chính của nhóm.

Mặc dù những vai trò này được cung cấp như thể chúng mô tả con người cụ thể, điều quan trọng nên nhớ là Benne và Sheats thực ra mô tả các vai trò xã hội: cách tương tác với nhóm hơn là cá nhân. Cùng con người nhưng đảm nhận nhiều vai trò trong số này trong một cuộc họp duy nhất. Mặc dù con người chắc chắn có các loại vai trò ưa thích, đóng vai một số vai trò này thường hơn các vai trò khác nên không chắc họ đảm nhận xuyên suốt một vai trò duy nhất.

Gần cuối thế kỷ 20, khái niệm chung sức bắt đầu thay thế quan tâm trước đây về các nhóm làm việc (Hayes, 1997a). Đội ngũ là một loại nhóm thường là nhóm có cấu trúc rất gắn bó, nhưng đội ngũ thường có khuynh hướng tập trung vào công việc nhiều hơn nhóm. Năm 1981, Belbin phát triển một hệ thống các loại hình **vai trò đội ngũ**, đạt đến bằng cách tiến hành nhiều bài tập ra quyết định ở trường đào tạo quản lý. Quản trị viên hoạt động trong nhóm, mỗi nhóm được cung cấp nhiều nghiên cứu mẫu về quản trị, được yêu cầu nên làm gì để giải quyết vấn đề. Thảo luận của họ được quan sát và cách con người góp phần cho công việc của đội ngũ được lưu ý và phân loại cẩn thận.

Có 8 vai trò đội ngũ cùng phối hợp với nhau trong phân loại của Belbin được liệt kê trong Bảng 16.4. Tuy nhiên, thật không may, những mô tả vai trò đội ngũ này thiếu tính linh động, liên kết quá mật thiết với các loại nhân cách. Một phần là vì Belbin (1993) liên kết mỗi mô tả vai trò này với một tập hợp đặc điểm nhân cách. Chẳng hạn, người định dạng được mô tả năng động, thiếu kiên nhẫn trong khi người chủ tọa được mô tả là người suy nghĩ tích cực, tự chủ, điềm tĩnh. Vì thế, sự nhấn mạnh thay đổi từ cách con người tương tác trong nhóm thành loại người mà họ thể hiện. Belbin cho rằng dữ liệu thực nghiệm chứng tỏ có nhiều tính nhất quán giữa nhân cách và vai trò, nhưng vì nó đã được thu thập trong những tình huống như nhau và việc sử dụng cùng loại nhiệm vụ như nhau không có gì phải ngạc nhiên. Trong những tình huống "đời thường", con người thường hành động khác nhau trong các tình huống khác nhau, vì thế sự liên kết với loại nhân cách làm cho phân loại vai trò kém hữu dụng hơn.

Bảng 16.4 Vai trò đội ngũ của Belbin

Người điều phối	Nêu rõ mục tiêu, phân công nhiệm vụ và trình bày ý kiến kết luận của nhóm.
Người định dạng	Thúc đẩy nhóm đi đến sự nhất trí.
Người hoạch định	Đưa ra đề nghị, đề xướng.
Người giám sát/ đánh giá	Phân tích vấn đề, đánh giá phần đóng góp của mỗi người.
Người cải thiện	Xúc tiến công việc hiện có, chuyển thảo luận thành hoạt động thực tế.
Nhân viên đội ngũ	Hỗ trợ, giúp đỡ người khác.
Người khảo sát tài nguyên	Dàn xếp với người ngoài để định vị tài nguyên hay thông tin.
Người hoàn tất	Thúc đẩy nhóm hướng đến việc đáp ứng thời biểu công tác vào mục tiêu.

Nguồn: Belbin, 1993

Cách khác để nghiên cứu điều này là không phải nhận dạng các vai trò cụ thể, mà phải xét đến những cách khác nhau mà con người tương tác trong nhóm. Năm 1950, Bales nghiên cứu các quá trình giữa cá nhân với nhau đang diễn ra trong nhóm, và phát triển một danh sách các loại tương tác khác nhau. Danh sách này rất phổ biến ở những người đào tạo cũng như người khác vì nó cung cấp các phân loại sử dụng làm nổi bật điều gì đang diễn ra trong các nhóm xã hội cụ thể. phương pháp gọi là **phân tích quá trình tương tác** gồm 8 nhóm, mỗi nhóm liệt kê một loại hoạt động khác nhau diễn ra trong một nhóm ra quyết định hay ủy ban. 8 nhóm được liệt kê trong Bảng 16.5.

Mô hình quá trình tương tác của Bales được ứng dụng rộng rãi để quan sát các quá trình của nhóm. Khi phải đi đến việc nhận dạng các loại chiến lược bằng lời khác nhau, mô hình rất hữu ích khi nó nêu bật liệu con người có sử dụng một loại tương tác cụ thể theo thói quen hay không, hay liệu một ủy ban hay nhóm cụ thể nói chung thường thiếu các loại tương tác cụ thể. Nhưng mô hình cũng bị chỉ trích vì hành vi nhất trí được nhấn mạnh quá mức – hay ít ra đánh giá chưa đúng tầm quan trọng của sự bất đồng. Phân loại tất cả sự phủ nhận, bất đồng, công kích và phản kháng đối với quan điểm cùng lúc như thể chúng là vấn đề tương tự nhau là điều rất sai lầm. Có những thời điểm khi sự phủ nhận và bất đồng chính là quá trình đóng góp xây dựng nhóm, hoàn toàn có ý nghĩa hay ngụ ý khác với công kích quan điểm của một người.

Bảng 16.5 Nhóm trong sự phân tích quá trình tương tác

Hỗ trợ	Trên cơ sở đề nghị hay thể hiện thái độ tán thành đề nghị mà người khác đưa ra.
Đề nghị	Đề xuất phương hướng cụ thể, hay tạo cơ hội cho người khác đóng góp trong thảo luận.
Phát biểu ý kiến	Diễn đạt suy nghĩ hay ý kiến của mình hay đánh giá suy nghĩ hay ý kiến của người khác.
Cung cấp thông tin	Điều này không chỉ bao gồm sự đóng góp những vấn đề mới mà còn lặp lại hay phát biểu lại những đóng góp trước kia hay giải thích rõ vấn đề.
Tìm hiểu thông tin	Bao gồm việc tìm kiếm lời giải thích rõ ràng các vấn đề hay quan điểm cụ thể.
Tìm hiểu quan điểm	Bao gồm việc tìm hiểu, suy nghĩ, mong muốn và đánh giá của người khác.
Tìm kiếm đề xuất	Bao gồm tìm cách tiến hành hành động cũng như tìm kiếm quan điểm hay phương hướng mới.
Thể hiện sự bất đồng	Phản kháng hay phủ nhận quan điểm không ủng hộ hay công kích người khác.

Nguồn: Bales, 1950

SỰ LÃNH ĐẠO

Có lẽ nghiên cứu tâm lý học đầu tiên xưa nay về sự lãnh đạo, nhiều thế kỷ trước khi tâm lý học trở thành một môn học hàn lâm riêng biệt, được tìm thấy trong tác phẩm của Niccolo Machiavelli (1513). Trong quyển *The Prince* (Quân Vương), Machiavelli phác họa các chiến lược và chính sách khác nhau mà một lãnh đạo có thể áp dụng để đảm bảo sự thành công khi cai trị một vương quốc trong một thế giới ganh đua có tiềm năng thù địch. Mặc dù lời khuyên của Machiavelli ít nhất ra cũng rất thú vị, trong đó phần lớn vấn đề mà ông nhận dạng cho đến nay vẫn còn giá trị. Chẳng hạn, Machiavelli nhận dạng vấn đề một lãnh đạo có thể thu thập thông tin đúng bằng cách nào khi ở trong bối cảnh những người tâng bốc thường có khuynh hướng thông báo những gì họ nghĩ làm nhà lãnh đạo hài lòng hơn là nói ra sự thật, và sự ngu dốt có thể phương hại đến khả năng đáng tin của người lãnh đạo trong những điểm nào. Lời khuyên của Machiavelli – cho rằng người lãnh đạo nên suy gẫm lời khuyên từ "người khôn ngoan" những người sẵn sàng bất đồng, phớt lờ những kẻ tâng bốc – có giá trị đối với những người ở vị trí cao nhất trong những tổ chức lớn, xung quanh là những "kẻ ba phải" trong thời các hoàng thân Trung cổ.

CÁC LOẠI LÃNH ĐẠO

Sau Machiavelli, nhiều nhà nghiên cứu khác nghiên cứu nền tảng của sự lãnh đạo. Nhà xã hội học Weber (1921) phân biệt giữa 3 loại uy quyền của nhà lãnh đạo, liệt kê trong Bảng 16.6. Đầu năm 1939, Roethlisberger và Dickson chứng minh rằng một số giám sát viên công nghiệp có khuynh hướng chú trọng vào sản xuất trong khi số giám sát khác chú trọng đến các vấn đề giữa cá nhân với nhau nhiều hơn, đảm bảo rằng đội ngũ trong phòng ban của mình hòa hợp nhau cũng như giải quyết được vấn đề. hật lý thú, chính số giám sát viên định hướng giữa cá nhân với nhau là những người có những phòng ban sản xuất hiệu quả nhất chứ không phải những người tập trung vào sản xuất.

Stodgill và Coons (1957) đưa ra mô hình lãnh đạo cho rằng các cách lãnh đạo khác nhau ở hai khía cạnh: cân nhắc và

Bảng 16.6 Nguồn uy quyền của lãnh đạo

Cơ sở duy lý	Dựa trên sự tin tưởng vào uy quyền hợp pháp của lãnh đạo trong tư cách đại diện các mẫu hợp pháp theo nguyên tắc quy phạm.
Cơ sở truyền thống	Dựa trên suy nghĩ rằng tính liên tục của các cấu trúc xã hội là quan trọng hay thậm chí bất khả xâm phạm.
Cơ sở thuyết phục	Dựa vào nhân vật và sự công nhận của xã hội đối với một nhân vật cụ thể.

Nguồn: Weber, 1921

cấu trúc sáng kiến. **Khía cạnh cân nhắc** liên quan đến việc lãnh đạo liên hệ với người khác ra sao – chẳng hạn liệu họ có cho rằng các mối quan hệ xã hội tích cực ở nơi làm việc là quan trọng hay không, v.v... **Khía cạnh cấu trúc sáng kiến** liên quan đến cách người lãnh đạo tổ chức và cấu trúc nhiệm vụ để cho đội ngũ thực hiện, với lượng tổ chức và hướng dẫn liên quan đến công việc mà họ phân công. Stodgill và Coons cho rằng nói chung các nhà quản trị thường tập trung vào một trong số những khía cạnh này hơn là những khía cạnh khác: hoặc họ cân nhắc hoặc họ định hướng công việc nhưng hiếm khi phối hợp cả hai. Bales và Slater (1955) áp dụng sự phân biệt này vào các nhóm không chính thức. Họ cho rằng nói chung một nhóm hoạt động chức năng điển hình sẽ có hai lãnh đạo, mỗi lãnh đạo thực hiện một trong số những chức năng này chứ không phải chức năng khác.

Lãnh đạo lệ thuộc tình huống

Tuy nhiên, quan điểm cho rằng những yếu tố này khác nhau, đối lập trong sự lãnh đạo bị Blake và Moulton (1982), phủ nhận, họ cho rằng thực ra lãnh đạo hiệu quả nhất là những người đạt điểm cao ở cả hai khía cạnh chứ không phải một. Blake và Moulton cho rằng Stodgill và Coons trong nghiên cứu đã không tính đến ảnh hưởng của chính công nhân đối với hành vi của lãnh đạo. Chẳng hạn, một lãnh đạo có thể rất chu đáo đối với một công nhân mà họ biết là người ấy làm việc chăm chỉ, nhưng đối với người họ cho rằng lười biếng thì không có sự chu đáo ấy. Đưa ra một phân loại chung xem một người "chu đáo" hay "định hướng công việc" là điều sai lầm trong phương diện ấy. Firestone, Lichtman và Colamosca (1975) cũng phủ nhận quan điểm lãnh đạo nhất quán trong một nhóm không chính thức, cho rằng, đúng ra chỉ có một lãnh đạo duy nhất (hay thậm chí 2), các nhóm thường chọn thành viên có phẩm chất theo yêu cầu vào thời điểm ấy bất kỳ lúc nào. Vì thế, một nhóm có nhiều lãnh đạo khác nhau tùy vào tình huống yêu cầu.

Lorzetta (1955) lập ra một tình huống thí nghiệm trong đó các nhóm ngày càng chịu áp lực phải hoàn thành nhiệm vụ thí nghiệm của mình trong một thời gian không thực tế. Điều này đặt nhóm trong sự căng thẳng đáng kể, Lorzetta nhận thấy trong những tình huống ấy, cá nhân năng nổ rất có khả năng nổi bật trở thành lãnh đạo nhóm, bằng cách so sánh với nhóm kiểm soát không nằm trong căng thẳng tương tự. Điều này cũng cho thấy nhóm trực tiếp bầu chọn lãnh đạo mà họ xem là thích hợp đối với nhiệm vụ trước mắt.

Firestone, Lichtman và Colamosea (1975) sử dụng một phương pháp gọi là **kỹ thuật thảo luận nhóm không lãnh đạo,** trong đó nhóm được hình thành không có lãnh đạo chính thức và hành vi lãnh đạo của mỗi thành viên được người quan sát đánh giá. Từ điều này, họ có được điểm số lãnh đạo (điểm số LGD) đối với mỗi người trong số 195 người tham gia nghiên cứu, tổ chức thành các nhóm 5 người. Sau đó họ yêu cầu mỗi nhóm phải có một lãnh đạo. Một phần ba số nhóm tiến hành bầu chọn, chọn ra lãnh đạo của riêng mình. Những lãnh đạo này hóa ra cũng là những thành viên trong nhóm có điểm số LGD cao nhất, thích hợp với các nhà thử nghiệm chứ không phải gian lận. Một phần ba nhóm khác tổ chức bầu chọn, nhưng những người này gian lận đến mức bổ nhiệm cá nhân có điểm số lãnh đạo thấp nhất. Một phần ba cuối cùng được người thí nghiệm chỉ định lãnh đạo, phân chia ngẫu nhiên giữa người có điểm số thấp và cao.

Firestone *và người khác* sau đó lập ra một tình huống khẩn cấp giả trong đó một thành viên trong nhóm (người đồng mưu với người thí nghiệm) làm ra vẻ ốm. Nhóm phải nhận xét liệu có cử được người nào đến giúp trong vòng 3 phút hay không, là trắc nghiệm lãnh đạo hiệu quả được các nhà thí nghiệm tán thành. Trong số 13 nhóm có lãnh đạo đúng nghĩa, 11 người được phái đến giúp trong thời gian ấn định, các nhà nghiên cứu báo cáo rằng lãnh đạo dường như chịu trách nhiệm tất cả 13 nhóm. Nhưng ở các nhóm có lãnh đạo điểm số thấp, chỉ có 3 người đạt tiêu chuẩn, chỉ có 6 nhóm với lãnh đạo được chỉ định từ bên ngoài đạt tiêu chuẩn.

Thuyết ngẫu nhiên của Fiedler

Fiedler (1978) nhấn mạnh tính hiệu quả của cách lãnh đạo luôn tùy thuộc vào tình huống. Hai loại lãnh đạo – tập trung vào công việc hay tập trung vào mối quan hệ – đều rất hiệu quả trong các tình huống khác nhau. Fiedler lập luận, khả năng thuận lợi của tình huống đối với một kiểu đã định, tùy vào 3 yếu tố. Thứ nhất là chất lượng trong mối quan hệ của lãnh đạo với thuộc cấp. Rõ ràng, nếu thuộc cấp không tin cậy, tin tưởng hay thích lãnh đạo của mình thì lãnh đạo ít có khả năng lãnh đạo thành công. Cũng tùy vào vị trí chính thức của lãnh đạo, theo nghĩa quyền lực và các tài nguyên mà họ có thể huy động trong tổ chức hay giúp họ thực hiện công việc. Và cũng tùy vào công việc được cấu trúc ra sao. Fiedler cho rằng lãnh đạo định hướng công việc có khả năng hiệu quả nhất trong những tình huống nhiều thuận lợi hay nhiều bất lợi, nhưng lãnh đạo định hướng mối quan hệ hiệu quả nhất trong các tình huống nằm ở giữa hai tình huống này.

Thuyết của Fiedler trên cơ sở biện pháp đánh giá gọi là thang điểm LPC (viết tắt của Least Preferred Co-worker: đồng sự ít được ưu thích nhất). Trong đánh giá này, người tham gia được yêu cầu nghĩ về một người mà họ không thích nhất, trong số những người từng làm chung. Sau đó yêu cầu người tham gia đánh giá họ theo thang điểm 8, chẳng hạn như họ thân thiện hay không thân thiện đến mức nào, hay hợp tác, không hợp tác ra sao. Những người có điểm số cao trong thang điểm LPC là những người có khả năng đánh giá đồng sự của mình ít được ưa thích nhất khá thiên vị, Fiedler kết luận rằng họ là cá nhân định hướng mối quan hệ. Những người có điểm số thấp trong thang điểm LPC được xem là những cá nhân định hướng công việc nhiều hơn.

Mặc dù có nhiều vấn đề trong tính giá trị của thang điểm LPC, ở chỗ một người về cơ bản định hướng mối quan hệ vẫn còn những suy nghĩ chống đối người họ đã làm chung. Green và Nebeker (1977) nhận thấy những người tham gia nghiên cứu LPC điểm số cao không phải lúc nào cũng tập trung vào mối quan hệ. Họ tập trung vào công việc trong những tình huống nhiều thuận lợi, nhưng chuyển sang tiếp cận tập trung vào mối quan hệ khi vấn đề bất lợi hơn. Tương tự, điểm số LPC thấp có nghĩa là cá nhân liên quan nhận thức mối quan hệ xã hội rất rõ chứ không phải là họ không xem mối quan hệ xã hội ấy là điều quan trọng. Vì thế, mặc dù thuyết của Fiedler có ích trong việc phân tích khi nào hành vi định hướng mối quan hệ hay định hướng công việc là hành vi thích hợp thì chính thang điểm LPC tỏ ra có một số khuyết điểm.

CÁCH LÃNH ĐẠO

Một loại lãnh đạo khác được Lewin, Lippitt và White nghiên cứu năm 1939. Họ sử dụng câu lạc bộ sở thích sau giờ tan học của các em nam để nghiên cứu kết quả của các tiếp cận lãnh đạo khác nhau. Các em làm các mô hình máy bay trong 3 nhóm khác nhau. Một nhóm có một **lãnh đạo độc đoán,** người ra lệnh và giám sát các em chặt chẽ. Nhóm thứ hai có một **lãnh đạo dân chủ,** luôn chuyện trò và thảo luận công việc với các em, và nhóm thứ ba có **lãnh đạo phóng nhiệm,** để mặc các em tùy ý hành động. Để đảm bảo rằng mọi kết quả bất kỳ không phải đơn thuần là do nhân vật trong nhóm, lãnh đạo được luân phiên sau 7 tuần, sao cho mỗi nhóm đều làm việc với từng lãnh đạo.

Lewin, Lippitt và White đặc biệt quan tâm tới các mẫu năng động và hợp tác, các em trong nhóm có lãnh đạo độc đoán thường làm việc độc lập và ganh đua với nhau: các em không giúp người khác. Các em chỉ làm việc chăm chỉ khi nào có mặt lãnh đạo - khi lãnh đạo ra khỏi phòng, các em ngừng làm việc. Các em trong nhóm có lãnh đạo dân chủ làm việc khá xuyên suốt hơn: không chăm chỉ như các em ở nhóm thứ nhất nhưng làm việc đều hơn. Ngoài ra, các em quan tâm đến việc mình đang làm, vui vẻ và rất hợp tác. Các em trong nhóm có lãnh đạo phóng nhiệm luôn hiếu động, gây gổ, nói chung không làm được nhiều.

Mặc dù Lewin, Lippitt và White kết luận rằng điều này chứng tỏ lãnh đạo dân chủ là lãnh đạo hiệu quả nhất, Smith và Peterson (1988) nêu rõ tính hiệu quả của lãnh đạo nhóm tùy vào tiêu chuẩn đang được áp dụng để đánh giá đặc điểm. Nếu lãnh đạo được đánh giá theo nghĩa năng suất thì lãnh đạo độc đoán hiệu quả nhất, trong khi anh ta giám sát người khác (nhưng không hiệu quả nếu không có mặt), các em làm nhiều mô hình và chăm chỉ hơn. Nhưng nếu vai trò của một lãnh đạo hiệu quả được xem là duy trì đạo đức tốt và mức làm việc đều đặn, khi đó cách lãnh đạo dân chủ rõ ràng hiệu quả hơn, các em trong nhóm ấy hợp tác, vui vẻ hơn cũng như quan tâm nhiều hơn đến công việc mình đang làm. Sự lãnh đạo quan trọng được biểu hiện qua nhóm thứ 3, trong đó nói chung chỉ có một vài em làm việc, không có sự hướng dẫn của lãnh đạo thường dẫn đến đạo đức kém và thiếu sự quan tâm đến công việc.

Mô hình ra quyết định của Vroom

Trau chuốt tiếp cận cách lãnh đạo này hình thành cơ sở mô hình ra quyết định của Vroom, liên quan đến cách lãnh đạo ra quyết định. Vroom và Yetton (1978) phát triển một tiếp cận ra quyết định của lãnh đạo trong đó họ nghiên cứu 7 đặc điểm tình huống cần ra quyết định và nghiên cứu cách lãnh đạo nào (độc đoán, tư vấn hay trên cơ sở nhóm ra quyết định) là thích hợp nhất đối với từng tình huống. Năm 1984,Vroom triển khai danh sách đặc điểm tình huống lên đến 11 đặc điểm trong Bảng 16.7. Sự phối hợp các gợi ý ngẫu nhiên khác nhau cho thấy các loại lãnh đạo khác nhau có thể thích hợp.

Trong một nghiên cứu của Vroom và Jago (1978), 96 quản trị viên được yêu cầu nhớ lại những quyết định thành công và không thành công của mình: quyết định nào họ tham gia và quyết định nào họ có liên quan. Sau đó những quyết định này được phân tích theo nghĩa đặc điểm tình huống khác nhau. Vroom và Jago nhận thấy 68% số quyết định phù hợp với quyết định phác họa trong mô hình của họ đều là quyết định thành công so với 22% số quyết định không phù hợp với mô hình. Điều này ngụ ý rằng mô hình có thể hữu ích trong việc dự đoán quyết định quản trị có khả năng thành công đến mức nào, vì không có nhà quản trị nào biết quan điểm của Vroom trước khi nghiên cứu.

Bảng 16.7 Câu hỏi phân tích tình huống của Vroom

A. Có cần đưa ra giải pháp chất lượng đối với vấn đề hay không?

B. Tôi có đủ thông tin để ra quyết định chất lượng cao hay không?

C. Vấn đề có được cấu trúc hay không?

D. Thái độ chấp nhận quyết định ở thuộc cấp có quan trọng đối với sự thực hiện quyết định hiệu quả hay không?

E. Nếu tôi phải tự mình ra quyết định có chắc rằng thuộc cấp của tôi sẽ chấp nhận hay không?

F. Khi giải quyết vấn đề này thuộc cấp của tôi có đạt được mục tiêu tổ chức chung hay không?

G. Mâu thuẫn trong số thuộc cấp có lấn áp giải pháp được ưa chuộng hay không?

H. Thuộc cấp có thông tin và khả năng nhiều đến mức nào?

I. Khi giải quyết vấn đề này có gò bó về thời gian hay không?

J. Trong tình huống nào sự phát triển của thuộc cấp quan trọng đến mức nào?

K. Trong tình huống này thời gian đáng giá ra sao?

Nguồn: Vrooom, 1984

SỰ LÃNH ĐẠO, MONG ĐỢI VÀ GIÁ TRỊ

Một biện pháp thay thế khái niệm về cách lãnh đạo là khái niệm cho rằng chất lượng lãnh đạo liên quan đến **sự mong đợi** mà một lãnh đạo phải có đối với tính chất công việc và quan trọng nhất về những người hình thành đội ngũ. McGregor, năm 1960 cho rằng các nhà quản trị công nghiệp thường tán thành một trong số hai lý thuyết về công nhân của mình mà họ gọi là lý thuyết X và lý thuyết Y. Lý thuyết X là quan điểm cho rằng, nói chung, con người đều lười biếng, làm việc chỉ vì bị bắt buộc, điều này có nghĩa họ chỉ cần làm việc, tránh thử thách nếu như có thể. Theo McGregor lý thuyết này được nhiều nhà quản trị tán thành. Nhưng một số nhà quản trị – số có năng lực hơn theo McGregor – ủng hộ lý thuyết Y, cho rằng về cơ bản con người thích làm việc, muốn được tôn trọng khi họ làm việc, vì thế nếu họ cảm thấy rằng mình được tôn trọng và tin cậy thì thường làm việc chăm chỉ hơn, sẵn sàng hơn.

Dự đoán tự thực hiện

Lý thuyết X và lý thuyết Y của McGregor thu hút sự chú ý từ tiếp cận quản trị "nhân vật" vốn thể hiện rõ trong các lý thuyết ban đầu về cách quản trị, và hướng đến quan điểm cho rằng chính sự mong đợi xã hội mới là quan trọng. Điều này phù hợp với nghiên cứu khác trong tâm lý học xã hội biểu thị sức mạnh của mong đợi mạnh đến mức nào. Như chúng ta đã biết trong Chương 15, Rosenthal và Jacobsen chứng minh rằng hoạt động của trẻ bị ảnh hưởng vì giáo viên mong đợi trẻ phải học tốt hơn. Tuyên bố rằng họ sẽ cải thiện đã trở thành một **dự đoán tự thực hiện.** Dự đoán này trở thành sự thật vì được thực hiện: giáo viên tin tưởng, trong khi học sinh phải đáp ứng mong đợi của giáo viên. Nhiều nhà nghiên cứu cho rằng trong quản trị vấn đề cũng tương tự.

Lý thuyết lãnh đạo theo hướng mục tiêu

Tầm quan trọng của sự mong đợi của nhà quản trị được nhấn mạnh trong **lý thuyết lãnh đạo theo hướng mục tiêu** do House đề xuất năm 1971. Lý thuyết này cho rằng con người thường phấn đấu làm theo mong đợi của lãnh đạo, vì thế đối với một lãnh đạo hiệu quả, điều cần thiết là phải xem con người trong đội ngũ của mình như người lớn, những người có trách nhiệm. Ngoài ra trong tư cách người lớn, họ sẽ đáp ứng tích cực nhất đối với tiếp cận lãnh đạo tôn trọng họ trong tư cách cá nhân và thừa nhận mục tiêu cá nhân của riêng họ: họ không chỉ là những người máy chỉ biết làm việc cho công ty mà họ còn có mục đích và lý tưởng của riêng mình trong đời sống.

House cho rằng vì lý do này, lãnh đạo hiệu quả nhất là những người thiết lập môi trường làm việc theo cách nhân viên có khả năng thực hiện mục đích cá nhân cùng lúc với làm việc hiệu quả cho công ty. House cho rằng nhiệm vụ của một lãnh đạo hiệu quả không chỉ làm cho thuộc cấp hiểu rõ người khác mong đợi ở họ điều gì mà còn đảm bảo rằng thuộc cấp cũng kiểm soát để thỏa mãn mục tiêu cá nhân của riêng mình trong quá trình.

Mặc dù có nhiều nghiên cứu về tính hiệu quả của lý thuyết hướng về mục tiêu, nhưng cũng có nhiều kết quả kém nhất quán. Smith (1983) cho rằng điều này là do lý thuyết được định khung quá chung chung, trong khi nghiên cứu lý thuyết trong thực tế lại xét đến các tình huống cụ thể. Tuy nhiên, nói chung, nguyên tắc cho rằng con người thường hành động theo sự mong đợi quanh mình dường như là chứng cứ thường gặp trong tâm lý học xã hội.

Lãnh đạo như sự tóm tắt giá trị nhóm

Tiếp cận liên quan là phải xem lãnh đạo hiệu quả như sự quản lý giá trị trong nhóm. Smith và Peterson (1988) cho rằng một trong những nhiệm vụ quan trọng nhất đối với một lãnh đạo hiện đại là phải phát biểu có hệ thống, minh họa mục tiêu và giá trị của nhóm hay tổ chức. Bằng cách này, lãnh đạo đưa ra mục tiêu chung mà tất cả thành viên đội ngũ đều đồng nhất. Nói cách khác, lãnh đạo là người tóm tắt giá trị của nhóm, tạo một ý thức nhận dạng hay tầm nhìn những việc nên làm. Phần lớn nghiên cứu lãnh đạo ban đầu thường biểu thị quan điểm này mặc dù không dứt khoát. Chẳng hạn, 5 đặc điểm của nhóm lãnh đạo hiệu quả do Krech, Crutchfield và Ballachey nhận dạng năm 1962, phác họa trong Bảng 16.8, có thể hiểu là cách lãnh đạo "tượng trưng" cho nhóm nói chung.

Bảng 16.8 Năm đặc điểm của lãnh đạo nhóm đúng nghĩa

1. Lãnh đạo nên được xem là thuộc về nhóm – chứ không phải người ngoài.
2. Lãnh đạo phải có mọi tính cách và suy nghĩ của nhóm nhưng ở mức độ đặc biệt – nhiều hơn hầu hết người khác.
3. Lãnh đạo phải phục vụ như một mô hình –đối với thành viên khác trong nhóm không tỏ ra vượt trội quá hay có vẻ xa cách, tiến bộ thái quá.
4. Lãnh đạo nên được xem là người hỗ trợ đạt đến mục đích, và phân phối phần thưởng công bằng.
5. Lãnh đạo nên giới thiệu nhóm một cách tích cực đối với các tổ chức bên ngoài hay những người có chức vụ cao hơn.

Nguồn: Krech, Crutchfield và Ballachey, 1962

Từ việc nghiên cứu các lý thuyết khác nhau, chúng ta nhận thức nghiên cứu về sự lãnh đạo không hề làm nổi bật "câu trả lời phép mầu" bất kỳ đối với vấn đề tạo ra lãnh đạo hiệu quả. Nhưng phần nhiều lý thuyết chứng minh hữu ích trong các cách hạn chế hơn. Smith (1983) nêu rõ nghiên cứu lãnh đạo nhóm hưởng lợi từ việc tán thành một số quan điểm nổi bật từ nghiên cứu tính tuân thủ ở nhóm thiểu số ảnh hưởng đến những gì chúng ta sẽ xét đến vào cuối chương này. Nói chung, theo định nghĩa, lãnh đạo nằm trong nhóm thiểu số.

GIÚP ĐỠ NGƯỜI KHÁC

Lĩnh vực khác trong nghiên cứu sự tương tác xã hội ở con người liên quan đến hành vi giúp đỡ hay **lòng vị tha.** Như một chủ đề, hành vi giúp đỡ không thu hút nhiều sự quan tâm như hành vi gây hấn (giống như các nhà báo, giới nghiên cứu thường quan tâm đến các mặt nhân tính "tối tăm hơn" nhiều hơn là các mặt tích cực) nhưng trong lĩnh vực này cũng có một vài nghiên cứu.

SỰ CAN THIỆP CỦA NGƯỜI BÀNG QUAN

Phần lớn nghiên cứu về lòng vị tha tập trung vào các yếu tố khuyến khích hay ức chế con người trong việc giúp người lạ lúc cần thiết. Ban đầu, nghiên cứu này được gọi là nghiên cứu **tính lãnh đạm của người bàng quan**, được giới nghiên cứu chú ý vì một số trường hợp bi kịch nhưng con người không giúp đỡ, thậm chí ngay lúc người khác rất cần. Nhưng khi các nhà nghiên cứu tìm hiểu lĩnh vực sâu hơn, họ nhận thấy nói chung con người sẵn sàng giúp đỡ nhiều hơn, ngày nay thường được gọi là nghiên cứu **sự can thiệp của người bàng quan.**

Yếu tố góp phần lãnh đạm của người bàng quan

Nghiên cứu sự lãnh đạm của người bàng quan được khởi xướng, khi có vụ án một phụ nữ trẻ bị đâm cho đến chết với sự có mặt của nhiều nhân chứng, không ai chạy đến giúp cô, hay thậm chí báo cho cảnh sát biết. Milgram (1970) cho rằng kinh nghiệm đời sống trong các thành phố thường khuyến khích con người từ bỏ lẫn nhau. Tất cả chúng ta đều quen thuộc với chứng cứ mang tính giai thoại cho rằng người dân tỉnh lẻ thân thiện hơn, Milgram cho rằng điều này hoàn toàn đúng. Ở các thành phố nhỏ, những người quanh ta có khả năng thân thiện nhiều hơn, số người lạ ít hơn. Nhịp sống thường chậm hơn có nghĩa con người ít bị căng thẳng hơn. Thường có sự tương tác với người khác hàng ngày trên cơ sở cá nhân ở tỉnh lẻ nhiều hơn, trong khi trong thành phố lớn, những tương tác như thế thường hạn chế nhiều hơn. Tất cả những yếu tố này theo Milgram, phối hợp lại làm cho con người phản ứng đối với người lạ trong thành phố ít hơn.

Một yếu tố khác liên kết với lập luận của Milgram là hậu quả bị cách ly khỏi sự tương tác trực tiếp với người khác. Tiếp xúc với người khác hàng ngày dường như là điều quan trọng trong việc đảm bảo rằng chúng ta có một nhận thức thực tế về thế giới bên ngoài. Khi con người bị tách khỏi sự tiếp xúc như thế, có thể vì họ di chuyển bằng ô tô hay không thường xuyên ra ngoài, họ thường chỉ xem thế giới qua hình ảnh TV hay báo chí. Vì các nhà báo thường tường thuật những chuyện khó chịu và xem những chuyện tích cực là kém quan trọng hơn, vì phần lớn chương trình kịch chiếu trên TV thường tập trung vào các vụ giết người cũng như các dạng hành vi phản xã hội khác, hình ảnh nổi bật là hình ảnh của một thế giới cực kỳ nguy hiểm – nguy hiểm hơn nhiều so với thực tế.

Gerbner và Gross (1976) chứng minh người ghiền TV thường đánh giá thế giới bên ngoài là nơi nguy hiểm, đe dọa nhiều hơn thực tế: chẳng hạn họ nghĩ đến chuyện hiếp dâm, giết người hay buôn bán ma túy là những việc thường xuyên xảy ra, trong khi thực ra những việc ấy xảy ra không nhiều như người ta tưởng. Điều này cũng có nghĩa rằng họ ít giúp người khác hơn vì trí tưởng tượng của họ chỉ là một chuỗi tình huống "nếu thì..." làm cho họ xem hành vi như thế rất rủi ro.

Giúp đỡ người lạ

Mặc dù đôi lúc chúng ta cũng giúp người lạ. Lerner và Lichtman (1968) yêu cầu người tham gia chọn điều kiện thí nghiệm tập quen theo ý muốn. Họ được cho biết rằng một điều kiện, điều kiện "thí nghiệm", có điện giật trong khi điều kiện khác, điều kiện "kiểm soát", không có điện giật. Người tham gia nghiên cứu được cho biết rằng họ sẽ được ghép đôi với người tham gia nghiên cứu khác, ở trong điều kiện mà họ không muốn chọn.

Thật dễ hiểu, chỉ có 9% số người tham gia nghiên cứu chọn điều kiện thí nghiệm

– ít nhất, khi họ không biết gì về người ghép đôi. Nhưng nhóm khác được cho biết người ghép đôi đã yêu cầu họ chọn điều kiện thí nghiệm, vì họ "rất sợ" điện giật. Trong trường hợp này, 72% số người trong nhóm chọn điều kiện thí nghiệm. Và khi được cho biết rằng người ghép đôi đã đưa ra sự chọn lựa trước, nhưng quyết định rút lại, để cho họ chọn, 88% số người tham gia nghiên cứu lại chọn điều kiện thí nghiệm. Nghiên cứu này cho thấy con người không phải lúc nào cũng hành động vì tư lợi. Ngay cả một yêu cầu rất đơn giản từ người khác cũng đủ làm cho hầu hết mọi người chọn tùy chọn kém "ích kỷ" hơn, mặc dù điều này có nghĩa bản thân họ phải chịu đau khổ.

Darley và Latané (1970) tiến hành nghiên cứu trong đó một diễn viên đến gần người qua đường ngoài phố, xin người ấy 10 xu. Đôi khi diễn viên nêu lý do: cần tiền để gọi điện thoại. Trong những trường hợp như thế, 64% số người được hỏi xin cho anh ta tiền. Đôi khi lý do thậm chí có lý hơn, kể với người qua đường rằng mình bị móc túi, trong những trường hợp như thế, 70% số người được hỏi xin cho anh ta tiền. Nhưng ngay cả khi không có lý do thì 34% số người được hỏi xin cho anh ta tiền.

Trong tình huống khác do các nhà nghiên cứu trên lập ra, người thu mua tiền xu được đề nghị đổi một bộ đồng xu, trước đây đáng giá 12 đô la. Khi họ nghĩ rằng người đem đồng xu đi bán là một sinh viên túng thiếu, di sản là các đồng xu, muốn mua sách học, người thu mua tiền xu trả số tiền nhiều hơn lúc được cho biết rằng đồng xu ấy là do thừa kế. Đề nghị trung bình đối với nhóm thứ nhất là 13,63 đô la trong khi trung bình đối với nhóm thứ hai là 8,72 đô la. Có vẻ sự đánh giá của chúng ta về "giá trị" của nguyên nhân đã ảnh hưởng đến sự giúp đỡ nhiều hay ít.

Yếu tố ảnh hưởng đến sự giúp đỡ

Vì thế tại sao đôi lúc chúng ta giúp người khác, trong khi đôi lúc chỉ đứng nhìn? Latané và Darley (1968) yêu cầu nam sinh viên phải chờ, một mình hay theo nhóm 3 người, để được phỏng vấn. Người tham gia nghiên cứu được bí mật quan sát khói tỏa ra từ một ô thông hơi nhỏ khi họ đang chờ. Khi ở một mình, 75% số người tham gia nghiên cứu báo cáo khói chỉ trong 2 phút, nhưng nếu chờ chung với người khác, số người báo cáo chưa đến 13%, cho dù lúc ấy căn phòng mù mịt khói.

Đều có vẻ xảy ra là người tham gia nghiên cứu đang chờ người khác đã lập mô hình hành vi của riêng mình để phản ứng với người khác. Điều này có nghĩa không ai muốn mình là người đầu tiên phản ứng. Nhưng điều này rõ ràng là một lý do không chính đáng để không phải làm gì cả, về sau này khi hỏi những người tham gia, các nhà nghiên cứu nhận thấy họ phải **xác định lại tình huống** để biện minh hành vi của mình. Vẫn đang ngồi chờ trong căn phòng mù mịt khói tạo ra một lượng **bất đồng nhận thức** nào đó – họ đã nhận thấy hành vi của mình là phi lý (chúng ta sẽ nghiên cứu bất đồng nhận thức trong Chương 17). Vì thế để đối phó với điều này, họ phải xác định lại tình huống, xem khói là hơi nước hay sương mù hay một thứ gì đó vô hại, cho nên họ không có hành động gì cả.

Trong một nghiên cứu tương tự, Latané và Rodin (1969) yêu cầu người tham gia ngồi chờ trong phòng. Lần này họ nghe tiếng một phụ nữ đang ngã, kêu cứu, bảo rằng đã trật mắt cá. Trong số những người đang chờ một mình, 70% đến giúp phụ nữ ấy, nhưng những người đang chờ chung với người khác, chỉ có 40% đến giúp. Khi được hỏi, có vẻ những người tham gia nghiên cứu một lần nữa xác định lại tình huống xem đó là tình huống không nghiêm trọng. Họ cũng cho rằng mình bị ảnh hưởng bởi tính điềm tĩnh của người khác. Các nhà nghiên cứu gọi ảnh hưởng qua lại này là **sự không biết đa nguyên** – người tham gia nghiên cứu trong tư cách một nhóm cùng nhau không biết tính nghiêm trọng của tình huống.

Darley và Latané (1968) yêu cầu người tham gia nghiên cứu tham gia thảo luận sử dụng giao thức intercom, mỗi người tham gia ở trong phòng gọi điện thoại một mình. Trong khi thảo luận, một người có vẻ như bị động kinh. Liệu người tham gia nghiên cứu có chạy ra khỏi phòng gọi để báo cáo sự cố hay không tùy vào việc họ nghĩ họ có một mình hay không. Kết quả trong Bảng 16.9. Darley và Latané quy những chứng cứ này là **sự phân tán trách nhiệm.** Vì có nhiều người khác cũng biết tình hình nên người tham gia nghiên cứu cho rằng trách nhiệm được chia sẻ giữa mọi thành viên trong nhóm. Nhưng nếu họ chỉ có một mình hay chỉ ở với một người khác thì chắc chắn họ nhận thức bản thân phải có trách nhiệm đối với tình hình đang xảy ra nhiều hơn.

Nghiên cứu sự giúp đỡ ngoài "đời thực"

Mặc dù những nghiên cứu này được nghĩ ra rất khéo nhưng dù sao cũng chỉ là nghiên cứu trong phòng thí nghiệm. Piliavin, Rodin và Piliavin (1969) nghiên cứu điều gì xảy ra trong tình huống tương tự ngoài "đời thực". Họ chọn đường tàu điện ngầm New York, vốn là một nơi có truyền thống nổi tiếng về sự lãnh đạm của người bàng quan. Trong nghiên cứu, một người (thực ra là diễn viên) sẽ "ngã quỵ" trong khi đang đi. Đôi khi (nạn nhân) cầm theo cây gậy, có vẻ yếu đuối, bệnh hoạn, đôi khi anh ta nồng nặc mùi rượu. Những hành khách khác được quan sát xem họ làm gì khi có người "ngã quỵ".

Bảng 16.9 Tường thuật một sự cố

Những người nghĩ rằng mình là người duy nhất tiếp xúc.	85%
Những người nghĩ rằng mình là một thành viên trong nhóm 3 người.	62%
Những người nghĩ rằng mình là một thành viên trong nhóm 6 người.	31%

Nguồn: Darley và Latané, 1968

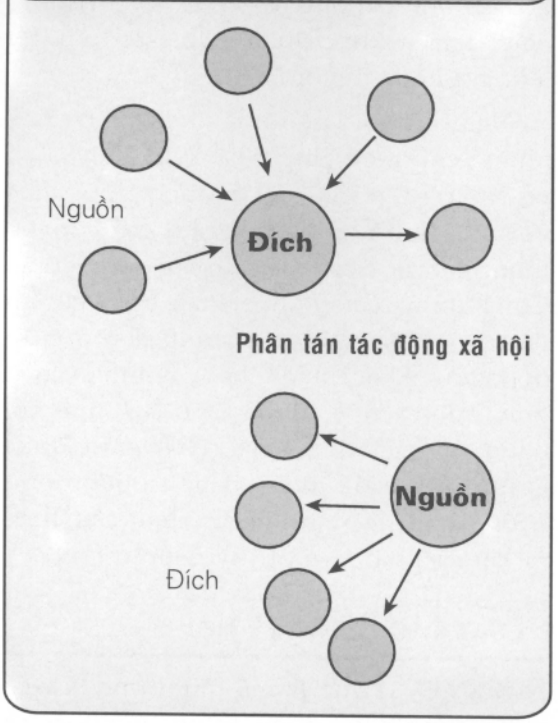
Ngay cả khi "nạn nhân" có vẻ rất say nhưng chỉ được giúp 50%. Nếu anh ta có vẻ ốm, có đến 95% số lần được giúp, khác với bức tranh lãnh đạm như giới truyền thông mô tả trong giao thông công cộng. Cũng không có sự khác nhau nào về màu da của "nạn nhân" – ai cũng muốn giúp đỡ người khác nhiều hơn. Nhưng trong tình huống này, không có sự mơ hồ: người bị ngã quỵ, chắc chắn cần được giúp, vì thế xác định lại tình huống như không phải là tình huống khẩn cấp thực ra không phải là một tùy chọn ở đây.

LUẬT TÁC ĐỘNG XÃ HỘI

Latané (1981) đưa ra mô hình trình bày cá nhân đang hoạt động trong một loại từ trường xã hội, với nhiều tác động xã hội khác nhau, tất cả đều tác động đến cùng cá nhân đích. Latané mô tả những tác động này như nhiều bóng đèn màu khác nhau, tất cả đều chiếu vào cùng một đích: đích được chiếu sáng đến mức nào tùy vào số watt của bóng đèn, có bao nhiêu bóng đèn, và bóng đèn xa hay gần đối với người tham gia nghiên cứu (Hình 16.1). Tương tự, Latané lập luận, tác động xã hội thay đổi về cường độ, số lượng và tính trực tiếp.

"Cường độ" của người khác như một tác động xã hội tùy vào nhiều yếu tố. Latané cho rằng địa vị, độ tuổi và mối quan hệ trước đây với cá nhân đích, cũng bao gồm các yếu tố chẳng hạn như liệu cá nhân có phải là "quan trọng" hay không, hay liệu họ có hình thành một bộ phận trong nhóm tham khảo đặc biệt của một người nào đó đối với bối cảnh cụ thể hay không. Chẳng hạn, bạn cảm thấy lo âu hơn trong một lập luận phản đối phân biệt chủng tộc nếu có một số người bạn quân nhân da đen đang nhìn bạn đi cùng

Hình 16.1 Thuyết tác động xã hội



với nhóm có số quân nhân da trắng ít hơn vì nhóm ít hơn không hình thành một bộ phận trong nhóm tham khảo đặc biệt của bạn đối với chủ đề ấy.

Khía cạnh thứ hai của tác động xã hội, theo Latané là tổng số cá nhân liên quan. Số người càng đông, tác động càng mạnh, nhưng không có nghĩa sự gia tăng diễn tiến ổn định. Thực ra, có luật tiền lãi giảm dần: nếu thêm một người làm cho tổng số trở thành ba người thay vì hai, thì sự chênh lệch rất nhiều, nếu thêm một người làm ra 254 thay vì 253 không tạo nhiều sự chênh lệch trong tác động xã hội nói chung.

Biến số thứ ba là tính trực tiếp của người khác hay sự nổi bật đối với đích – chúng gần về thời gian lẫn không gian, liệu có rào chắn ngăn cản hay không. Chẳng hạn, một người chịu ảnh hưởng nhiều của những gì mà mẹ mình xem đó là hành vi, cho dù người mẹ ấy sống ở nơi rất xa, điều này có thể chỉ vì không có rào cản tâm lý giữa họ – chẳng hạn nếu họ thường xuyên tiếp xúc bằng điện thoại. Người khác, ít tiếp xúc với người mẹ ấy hơn, chịu ảnh hưởng ít hơn: ý kiến của người mẹ kém nổi bật hơn.

Latané cho rằng tất cả tác động xã hội đối với một cá nhân bất kỳ sẽ gia tăng với số lượng nguồn, tính trực tiếp và tầm quan trọng. Chúng ta áp dụng nguyên tắc này để giải thích dữ liệu về cả tính tuân thủ lẫn sự phục tùng – bạn sẽ điểm qua nghiên cứu trong phần sau và cố nhận dạng các nguồn tác động xã hội đang hoạt động ở người tham gia nghiên cứu trong các nghiên cứu khác nhau. Nhưng Khung 16.1 đề cập một số vấn đề vốn có trong loại lý thuyết này.

TÍNH TUÂN THỦ VÀ SỰ PHỤC TÙNG

Số lượng nghiên cứu tâm lý học đáng kể tập trung vào cách chúng ta thường hòa hợp với người khác hơn là tỏ thái độ bất đồng công khai. Một số nghiên cứu này bản thân liên quan đến cách chúng ta tuân thủ – làm cho hành vi của mình phù hợp với hành vi của người khác trong cùng tình huống. Những nghiên cứu khác khảo sát trực tiếp cách chúng ta tuân lệnh những người có trách nhiệm hay những gì liên quan trong những tình huống ấy khi chúng ta không tuân lệnh.

TÍNH TUÂN THỦ

Nghiên cứu tính tuân thủ liên quan đến cách chúng ta hòa hợp với hành vi của người khác, ngay cả khi đôi lúc mình cảm thấy bất đồng. Nghiên cứu tâm lý học trong lĩnh vực này phát triển đáng kể từ sau nghiên cứu của Sherif tiến hành năm 1936. Sherif tiến hành nhiều nghiên cứu trong đó đặt người tham gia vào nhiều nhóm, yêu cầu đánh giá số lượng di chuyển được biểu thị bằng một chấm sáng trong một phòng tối đen. Thực ra, chấm sáng ấy không di chuyển: sự di chuyển biểu kiến của chấm sáng là ảo giác gọi là **hiệu ứng tự vận động.** Vì thế

Khung 16.1 Giản hóa luận xã hội

Ở các chương khác trong sách này, chúng ta chứng kiến nhiều thể hiện khác nhau trong tiếp cận kiến thức gọi là **giản hóa luận**. Hầu hết những thể hiện này là những minh họa về thuyết giản hóa luận di truyền, chẳng hạn trong các lý thuyết tự nhiên – nuôi dưỡng về trí năng và trong các tranh luận về nguồn gốc bệnh tâm thần phân liệt, trong đó những người tán thành lý thuyết khăng khăng cho rằng tổ chức các khía cạnh quan trọng của chủ đề đang thảo luận đều có nguyên nhân di truyền học. Như chúng ta đã thấy, nhược điểm chính của tiếp cận giản hóa luận là xem nhẹ các yếu tố thuyết phục khác đối với những gì đang diễn ra.

Thuyết tác động xã hội của Latané là một minh họa kinh điển về giản hóa luận trong tâm lý học xã hội. Sau khi thu được một số chứng cứ thực nghiệm vô cùng lý thú về hành vi của người bàng quan, sau đó Latané đề xuất một lý thuyết để giải thích. Tuy nhiên, lý thuyết tán thành tiếp cận giản hóa luận – cho rằng hành vi xã hội được hiểu thuần túy theo nghĩa tương tác cá nhân, không có đầu vào từ xã hội rộng hơn hay bối cảnh xã hội. Vì thế những biến số quan trọng trong thuyết của Latané là số lượng người liên quan, cho dù họ có ở gần trực tiếp hay ở nơi khác hay không, và loại mối quan hệ ở những người ấy với cá nhân thực hiện hành vi.

Vì thế giả định cho rằng con người hành động thuần túy đối với người khác quanh mình. Latané kết luận rằng đối với một số trong số những người khác ấy có thể không có mặt nhưng khẳng định rằng điều này chỉ có thể nếu cá nhân thường xuyên tiếp xúc với những người khác đang vắng mặt. Chính sự tương tác trực tiếp với những cá nhân khác theo mô hình của Latané, quyết định hành động của một người.

Hiển nhiên, đây là những yếu tố quan trọng trong một hành động xã hội bất kỳ. Nhưng cũng có những yếu tố khác ảnh hưởng đến hành vi của con người. Một trong những khuyết điểm của thuyết là xem nhẹ toàn bộ khía cạnh chủ ý – những gì mà người Hy Lạp cổ đại gọi là **khía cạnh ý muốn** của tâm thần. Nếu một người đang vội vã vì họ đang dự định phải đến một địa điểm cụ thể, trong khi thời gian quá ít, ít có khả năng họ dừng lại để giúp người khác so với người không có chủ ý tương tự.

Nhưng điều này không phải là toàn bộ vấn đề. Phần lớn phụ thuộc vào lịch sử quá khứ của cá nhân và kinh nghiệm cá nhân của họ. Một số người ít trải qua bệnh tật hay cách con người làm cho bản thân bất lực qua việc uống rượu chắc chắn phản ứng khác với những người từng trải qua những kinh nghiệm như thế. Một số người cho rằng giúp đỡ người khác là một phần trong bổn phận cá nhân, chắc chắn hành động khác với người hiểu rằng nên xem trọng quyền lợi của riêng mình trước tiên.

Phản ứng của họ sẽ bị ảnh hưởng bởi vốn tiết mục **chữ viết xã hội** mà họ sử dụng tùy ý. Nếu được phơi bày trước các chữ viết xã hội trong đó hành vi giúp đỡ gặp phải sự công kích hay hậu quả bất hạnh khác, thì họ đáp ứng một người đang cần sự giúp đỡ không bằng người có vốn tiết mục chữ viết xã hội khác, trong đó hành vi giúp đỡ được tưởng thưởng hay được xem là đáng khen về đạo đức (chính vì lý do này mà nhiều nhà tâm lý học quan tâm đến việc trình chiếu cảnh bạo lực quá mức trên TV - không phải vì sự bắt chước động tác cụ thể mà vì những hình ảnh ấy vắt kiệt chữ viết xã hội tích cực nhiều hơn).

Mô tả xã hội của xã hội và tiểu văn hóa của họ cũng đóng vai trò trong tính sẵn sàng giúp đỡ người khác. Một số người ở nền văn hóa trong đó mô tả xã hội thống trị thuộc về "giai cấp hạ lưu", với những kẻ say rượu, trộm cắp, giết người tất cả được xem là cùng loại, và sự giống nhau hiệu quả chắc chắn phản ứng khác với một người từ một nền văn hóa trong đó mô tả xã hội xem sự say xỉn như một điểm yếu đáng tiếc mà mọi thành viên xã hội không chống nổi.

Vấn đề là với những giải thích xã hội theo giản hóa luận như thuyết tác động xã hội ở chỗ không thể được xem là lời giải thích đối với hành vi. Quá trình tác động xã hội theo mô tả của Latané có thể liên quan nhưng chúng chỉ trình bày một **mức độ giải thích** trong số nhiều mức độ. Cũng chấp nhận được nếu thuyết có khả năng kết hợp với các mức độ giải thích khác, nếu áp dụng đơn độc, như thể chính nó đã là lời giải thích đầy đủ thì không chắc bao hàm những ảnh hưởng khác. Trong khía cạnh này thuyết tác động xã hội không đơn độc – mang tính điển hình của nhiều thuyết xã hội giản hóa luận thuộc loại này, và quả thực chính loại giản hóa luận xã hội này dẫn đến việc ra đời tâm lý học xã hội châu Âu. Nếu chúng ta phải hiểu hành vi ở người bàng quan – hay khía cạnh tương tác xã hội khác ở con người – một cách đầy đủ thì chúng ta cần những lý thuyết có thể tương tác với các mức độ giải thích khác nhau chứ không phải những lý thuyết hoàn toàn phớt lờ những lĩnh vực rộng trong sinh hoạt xã hội.

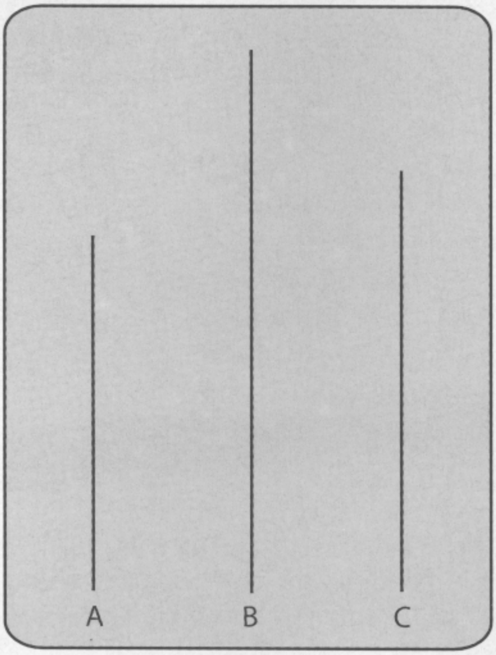
không có câu trả lời đúng, đơn giản đối với vấn đề, khi yêu cầu từng người đoán, câu trả lời của họ hoàn toàn khác nhau.

Tuy nhiên, khi con người ở trong một nhóm, Sherif nhận thấy họ có khuynh hướng hình thành **tiêu chuẩn nhóm**, sau đó tuân thủ tiêu chuẩn này. Đánh giá lượng ánh sáng đang di chuyển, hội tụ của mỗi người cho đến khi cuối cùng đều giống hệt nhau. Khi Sherif phối hợp những người tham gia nghiên cứu thành các nhóm gồm 3 người, một người đoán khác hẳn với hai người kia, ông nhận thấy phán đoán của nhóm sau cùng giống hệt với phán đoán của cặp 2 người. Những người có quan điểm thiểu số thay đổi quan điểm của mình để phù hợp với đa số. Những người chưa quen với tình huống cũng tuân thủ với tiêu chuẩn nhóm nhanh hơn những người trước đây đã từng trải qua công việc. Sherif lập luận rằng điều này cho thấy tính tuân thủ liên quan đến mức độ không chắc chắn mà con người cảm thấy. Chúng ta không chắc chắn càng nhiều, thì càng có khuynh hướng tuân thủ tiêu chuẩn nhóm nhiều hơn.

Nghiên cứu của Asch

Nhưng đôi khi con người thậm chí cũng tuân thủ khi nói chung không có gì là chắc chắn. Năm 1951, Asch tiến hành một loạt nghiên cứu trong đó người tham gia nghiên cứu nghĩ rằng mình được tuyển dụng trong một thí nghiệm nhận thức thị giác. Họ được yêu cầu đảm nhận công việc có vẻ như là đoán đường thẳng, cùng đoán với nhiều người khác. Mặc dù điều mà mỗi người tham gia nghiên cứu không biết là những người khác trong nhóm đều là người đồng mưu của người thí nghiệm, cố ý đưa ra câu trả lời sai khi nhận được ám hiệu. Công việc bao gồm đánh giá đường thẳng nào trong một tập hợp gồm

Hình 16.2 Đoạn thẳng của Asch



ba đường có chiều dài như nhau xem đó là đường kích thích (Hình 16.2), và mỗi câu trả lời đúng điều hiển nhiên.

Tình huống được lập ra sao cho mỗi thành viên trong nhóm đều lần lượt trả lời, người tham gia nghiên cứu thực sự hoặc là người cuối cùng hoặc là người kế chót đưa ra câu trả lời. Asch nhận thấy khi người tham gia nghiên cứu nghe người khác đưa ra câu trả lời sai, thì họ ngày càng lo âu – nhiều đến mức trong ba cuộc thử nghiệm thì có một lần họ đưa ra câu trả lời sai giống như người đồng mưu đưa ra cho dù họ biết rằng mình trả lời sai. Hầu hết những người tham gia nghiên cứu tuân thủ theo cách này ít ra cũng có một lần – chỉ 24% số người tham gia nghiên cứu là không tuân thủ trong 3 cuộc thử nghiệm. Nhưng khi Asch tiến hành công việc kiểm soát, trong đó yêu cầu người tham gia viết ra câu trả lời riêng biệt thì sai sót rất hiếm.

Chứng này không phải hoàn toàn ấn tượng. Nghiên cứu ban đầu của Sherif cho thấy rằng người tham gia tuân thủ trong những tình huống không chắc chắn nhưng trong công việc của Asch không hề có sự chắc chắn. Câu trả lời rất dễ và hiển nhiên. Từ những gì họ phát biểu sau khi kết thúc công việc, và từ quan sát trong khi nghiên cứu, người ta nhận thấy chắc chắn rằng mình cảm thấy rất khó chịu khi bị đặt trong vị trí thiểu số, phải bất đồng công khai với người khác. Bogdonoff *và người khác* (1961) tiến hành một số nghiên cứu tương tự, lần này đánh giá mức độ đánh thức tự chủ (xem Chương 13), và chứng minh rằng con người bị kích thích đáng kể khi ở trong loại tình huống này.

Tác dụng của khoảng cách

Cùng với chứng cứ của Asch, nhiều nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu những khía cạnh khác nhau của tính tuân thủ. Năm 1955, Crutchfield lập ra một tình huống thử nghiệm với những người tham gia nghiên cứu khác nhau, lần này quân nhân trong một khóa đào tạo quản trị. Họ được yêu cầu thực hiện một công việc đơn giản, làm việc trong buồng điện thoại một mình, có đèn biểu thị câu trả lời người khác nhìn vào để biết cùng vấn đề được phân công giải quyết. Thêm một lần nữa, công việc rất đơn giản, câu trả lời đúng cũng hiển nhiên. Tuy nhiên màn hình hiển thị cho thấy tất cả những người tham gia nghiên cứu khác luôn đưa ra đánh giá sai, giống nhau đối với công việc.

Cho dù người tham gia nghiên cứu không phải đối đầu với người khác trong tình huống này, Crutchfield vẫn phát hiện mức độ tuân thủ cao đáng ngạc nhiên. Khoảng 50% số người tham gia nghiên cứu tuân thủ cách đánh giá sai ở một số vấn đề trong công việc. Vì thế mặc dù có vẻ như thể có sự bất đồng công khai với sự có mặt của người khác có thể là yếu tố giải thích tại sao người ta tuân thủ, chắc chắn đây không phải là lý do duy nhất. Mặc dù một vấn đề thu hút quá nhiều kết luận qua chứng cứ của Crutchfield là như chúng ta đã biết, nghiên cứu chỉ gồm toàn quân nhân. Vì quân đội đặt giá trị tuân thủ và phục tùng lên hàng đầu, có thể chứng cứ 50% tuân thủ là cao khi so với đa số dân chúng.

Tác dụng của sự bất đồng

Trong nghiên cứu ban đầu, Asch nhận thấy nếu thậm chí có thêm người khác bất đồng với số còn lại thì người tham gia nghiên cứu sẽ không tuân thủ. Người ý kiến bất đồng không cần nhất trí với người tham gia nghiên cứu – họ đưa ra câu trả lời khác nhưng cũng sai. Tuy nhiên, vấn đề họ bất đồng dường như đủ khuyến khích những người tham gia nghiên cứu giữ nguyên ý kiến của mình.

Sử dụng bối cảnh thí nghiệm tương tự, Allen và Levine (1968) chứng minh rằng tác dụng của sự bất đồng dường như chỉ áp dụng khi công việc liên quan đến phán đoán vật lý như chiều dài một đoạn thẳng. Nếu công việc liên quan đến chính trị hay xã hội thì câu trả lời mà người bất đồng đưa ra mới quan trọng. Nếu người bất đồng khác có quan điểm giống với người tham gia nghiên cứu thì sự bất đồng của họ sẽ khuyến khích người tham gia nghiên cứu bất đồng công khai. Nếu người tham gia nghiên cứu bất đồng với quan điểm xã hội của người bất đồng cũng như đối với phần còn lại của nhóm thì họ sẽ tuân thủ đa số. Allen và Levine lập luận rằng điều này là do những giả định cơ bản của chúng ta về thế giới tự nhiên và xã hội. Chúng ta mong đợi quan điểm xã hội phải khác nhưng chúng ta mong rằng nhận thức của con người về vũ trụ ít nhiều giống hệt nhau.

Năm 1971, Allen và Levine tiến hành nghiên cứu khác nghiên cứu người không tuân thủ cực đoan có một số mức độ đáng tin ra sao. Họ tạo ra công việc đoán chiều dài đoạn thẳng giống như Asch, trong đó người tham gia nghiên cứu được báo trước rằng một người cụ thể có thị lực rất kém. Trong công việc, người ấy phải đeo kính thật dày, và cũng là người bất đồng với đa số. Nói cách khác, cá nhân ấy ít đáng tin khi đánh giá chiều dài đoạn thẳng.

Bảng 16.10 Bất đồng trong nghiên cứu sự tuân thủ

	% số người tuân thủ
Câu hỏi sai tương tự của một vài người trước khi bất đồng.	46
Bất đồng xảy ra sau khi hầu hết mọi người trong nhóm phản ứng.	28
Bất đồng trước khi đa số những người trong nhóm có cơ hội phản ứng.	23

Nguồn: Morris và Miller, 1975

Nhưng Allen và Levine nhận thấy điều này không quan trọng – những người tham gia nghiên cứu vẫn còn tuân thủ ít hơn khi một số người khác bất đồng, cho dù người khác không được đáng tin ở mức độ nhiều hay ít đi nữa. Một nghiên cứu khác của Morris và Miller (1975), nhận thấy việc định thời gian bất đồng mới quan trọng, chứng cứ trong Bảng 16.10.

Thế còn những người không tuân thủ? Một nghiên cứu của Stang, năm 1973 đánh giá những người tham gia nghiên cứu theo việc liệu họ có tự trọng cao hay thấp, và nhận thấy những người có tự trọng cao thường tuân thủ ít hơn người có tự trọng thấp. Nghiên cứu khác trong lĩnh vực này của Weisenthal *và người khác.* (1976) chứng minh rằng những người tự xem mình là có kỹ năng hay năng lực trong các công việc phán đoán thường tuân thủ đa số ít hơn những người không tự cho mình là như thế. Điều này liên quan với chứng cứ ban đầu của Sherif về cách sự không chắc chắn có thể làm tăng lượng tuân thủ được mong đợi.

Tính tuân thủ và suy nghĩ nhóm

Ngụ ý của tất cả những chứng cứ này là dường như có nhiều áp lực xã hội buộc phải tuân thủ quan điểm của người khác hơn là bất đồng công khai. Phỏng vấn của Asch với những người tham gia nghiên cứu cho thấy con người có 2 suy nghĩ chính về mâu thuẫn. Thứ nhất, điều quan trọng là phải duy trì sự hài hòa trong nhóm, khi bất đồng với người khác sẽ làm thương tổn sự hài hòa ấy. Chúng ta liên kết điều này với nghiên cứu **suy nghĩ nhóm** khảo sát trong Chương 5 chứng minh giải quyết vấn đề của nhóm có thể bị bóp méo nghiêm trọng đến mức nào nếu nhóm tạo ra bầu không khí trong đó sự bất đồng được xem là "bất trung". Ngụ ý thực ra là nếu chúng ta muốn tranh luận công khai trong nhóm, phải cần những bước chủ động để khuyến khích sự bất đồng – không nên cho rằng sự bất đồng diễn ra tự nhiên. Suy nghĩ thứ hai của những người tham gia nghiên cứu của Asch là, điều quan trọng là phải làm vui lòng người khác hơn là "chính" đánh giá của họ. Điều này chứng minh đánh giá của người tham gia nghiên cứu về những gì được xem là quan trọng nhất trong một tình huống nhất định rất có ý nghĩa, sẽ ảnh hưởng đến kết quả nghiên cứu.

Có phải là trẻ con của thời đại?

Năm 1980, một loạt nghiên cứu tính tuân thủ do Perrin và Spencer tiến hành dường như biểu thị rằng tác dụng Asch là "trẻ con của thời đại". Họ lặp lại các quá trình của Asch ở sinh viên vào cuối thập niên 1970, nhận thấy rất ít sinh viên tuân thủ, cho dù sinh viên có vẻ cũng lúng túng khi nhận thấy mình thuộc về quan điểm đa số.

Perrin và Spencer lập luận rằng có lẽ xã hội đã thay đổi, không còn nhấn mạnh tính tuân thủ như một đặc điểm xã hội mong muốn giống như thập niên 1950, thời điểm Asch tiến hành nghiên cứu. Nhưng những giải thích thay thế cũng được đưa ra. Doms và Avermaet (1981) cũng tái tạo nghiên cứu của Asch, nhận thấy những người tham gia nghiên cứu tuân thủ nhiều cũng như số ban đầu. Họ cho rằng lý do giải thích sự khác nhau là loại người mà Perrin và Spencer tuyển làm người tham gia nghiên cứu.

Vì họ cố tránh những người tham gia nghiên cứu đã biết nghiên cứu ban đầu của Asch, Perrin và Spencer sử dụng sinh viên kỹ thuật và y khoa. Doms và Avermaet cho rằng những sinh viên này đúng là loại sinh viên xem tính chính xác là cách đánh giá rất quan trọng. Trong nghiên cứu của mình, Doms và Avermaet sử dụng số sinh viên thuộc các môn ít tính toán hơn, họ nhận thấy số sinh viên này không xem việc đánh giá các đoạn thẳng chính xác là điều quan trọng. Như chúng ta nhận thấy, chứng cứ này ngụ ý rằng quyết định cá nhân mà con người đưa ra khi họ tham gia thí nghiệm tâm lý học có thể tạo ra tất cả sự khác biệt đối với hành động.

Trong nghiên cứu của riêng mình, Doms và Avermaet nhận thấy tỉ lệ vòng tuân thủ khoảng 35% (người tham gia nghiên cứu tuân thủ 35% cuộc thử nghiệm), giống với chứng cứ ban đầu của Asch. Các nhà nghiên cứu khác nhận thấy tỉ lệ thấp hơn, nhưng tính tuân thủ vẫn còn xảy ra. Nicolson, Cole và Rocklon (1985) so sánh sinh viên đại học Anh và Mỹ trong các công việc tuân thủ tiêu chuẩn của Asch và nhận thấy tỉ lệ tuân thủ thấp hơn tỉ lệ của Doms và Avermaet, nhưng vẫn còn có khả năng tìm thấy. Ngoài ra, không có sự khác biệt nào đáng kể giữa hai mẫu, mặc dù Nicolson, Cole và Rocklon cho rằng sự giống nhau giữa hai nhóm sinh viên phản ánh sự giống nhau chung của đời sống đại học ở hai nước, có lẽ nghiên cứu tiến hành với đối tượng khác sẽ có kết quả khác.

Sự phục tùng, nhập tâm hóa và thay đổi

Kelman (1958) nhận dạng 3 hình thức ảnh hưởng xã hội trong nghiên cứu thuộc loại này: **tính tuân thủ, nhập tâm hóa** và **sự đồng nhất,** được mô tả trong Bảng 16.11. Kelman cho rằng điều quan trọng là phân biệt rõ ràng giữa tính tuân thủ và nhập tâm hóa. Kelman cho rằng những người tham gia nghiên cứu của Asch tuân thủ tình huống thí nghiệm nhưng sau này khi phỏng vấn họ cho thấy họ không tin những điều họ phát biểu trước đó – họ không nhập tâm hóa đánh giá của người khác.

Những người tham gia nghiên cứu ban đầu của Sherif, trái lại có vẻ nhập tâm hóa đánh giá của nhóm vì khi được trắc nghiệm cá nhân sau khi trắc nghiệm nhóm, họ có khuynh hướng trung thành với đánh giá của nhóm hơn là trở về ý kiến ban đầu của riêng mình. Vì công việc mà Sherif giao cho họ khá mơ hồ, nên người tham gia nghiên cứu có vẻ phải kết luận rằng đánh giá ban đầu của mình có lẽ sai. Mặc dù, trong nghiên cứu của Asch, người tham gia nghiên cứu biết rằng chính người khác mới sai, do đó tính tuân thủ của họ thuần túy ở mức độ hành vi, thực ra không ảnh hưởng đến suy nghĩ cá nhân.

Bảng 16.11 Tính tuân thủ, nhập tâm hóa và đồng nhất

Tính tuân thủ	Con người hành động theo đa số nhưng không thay đổi ý kiến và suy nghĩ cá nhân.
Nhập tâm hóa	Con người thay đổi suy nghĩ cá nhân vì họ đi đến suy nghĩ rằng quan điểm của người khác có giá trị hơn.
Sự đồng nhất	Con người thay đổi suy nghĩ hay thái độ của mình để giống với người mà họ kính trọng hay thán phục. Chẳng hạn, nếu một người có vai trò mẫu đặc biệt mà họ muốn ganh đua càng nhiều càng tốt thì họ sẽ chấp nhận một số thái độ và ý kiến do cá nhân ấy diễn đạt.

Nguồn: Kelman, 1958

Moscovici (1976) cho rằng thí nghiệm của Asch không thích hợp khi xem đó là cách nghiên cứu ảnh hưởng xã hội vì tất cả những gì chúng cho phép là cách đánh giá một chiều – người tham gia nghiên cứu hoặc tuân thủ đa số hoặc là không. Họ không thể ảnh hưởng đến đa số. Mặc dù trong đời thực, theo Moscovici thiểu số cũng như đa số đều ảnh hưởng đến nhóm – nhất là khi họ đặt ý kiến của mình trong kiểu nhất quán. Moscovici và Faucheux (1972) phân tích lại dữ liệu của Asch, cho rằng chính tính nhất quán trong đánh giá được người đồng mưu tạo ra đã ảnh hưởng đến người tham gia nghiên cứu nhiều nhất, không chỉ vấn đề dàn dựng buộc mọi người phải tuân thủ.

Năm 1980, Moscovici công bố một luận văn phân biệt giữa tính tuân thủ và sự thay đổi. Theo ông, **tính tuân thủ** thường là những gì diễn ra khi đa số ảnh hưởng đến thiểu số, trực tiếp liên quan đến vấn đề đa số có sức mạnh và sử dụng sức mạnh ấy thông qua tưởng thưởng và trừng phạt. Trái lại, **sự thay đổi** gián tiếp hơn, là cách thiểu số thường ảnh hưởng đến đa số. Sự thay đổi phần lớn bao gồm cách thuyết phục thành viên trong nhóm đa số rằng quan điểm của thiểu số có giá trị. Trong quá trình này, chính tính nhất quán được tính đến nhiều nhất. Chúng ta sẽ khảo sát chi tiết nghiên cứu của Moscovici ở phần hành vi độc lập cuối chương này.

SỰ PHỤC TÙNG

Một trong những cách trực tiếp nhất mà chúng ta ảnh hưởng đến hành vi của người khác là bằng cách đưa ra mệnh lệnh để người khác buộc phải nghe lời.

Con người trong xã hội thường được đặt vào vị trí được cho là phải **phục tùng** – đôi khi, chúng ta mong đợi mỗi người hành động theo tiếng gọi của chính lương tâm họ. Trong những trường hợp nơi con người sống trong những cộng đồng khá trật tự, điều này không có vấn đề, nhưng trong một xã hội rối loạn hơn có nghĩa rằng những mâu thuẫn ngoài đời thực phát sinh dễ hơn. Chẳng hạn, sau Thế chiến II, một vài tội phạm chiến tranh Đức quốc xã bị xét xử trước tòa vì hành động hung bạo. Cho dù cá nhân họ tham gia nhưng họ luôn đưa ra lời biện hộ: “tôi chỉ làm theo lệnh”. Trong tư cách thành viên của một tổ chức chú trọng kỷ luật quân sự và phục tùng, bản thân họ nhận thấy không có sự chọn lựa nào khác trong hành động.

Arendt (1963) tường thuật phiên tòa xử một trong những người chịu trách nhiệm toàn bộ chương trình trại tập trung: Adolf Eichmann. Arendt vô cùng ngạc nhiên khi thấy ông ta chỉ thuộc loại người bình thường. Bà cho rằng điều vô cùng khủng khiếp về tội phạm chiến tranh Đức quốc xã là những hành động độc ác như thế do con người bình thường tiến hành. Mặc dù gây ra cái chết của 6 triệu người Do Thái, Eichmann không phải là người bài Do Thái đặc biệt: ban đầu ông cho rằng trong đảng quốc xã tìm kiếm quê hương Do Thái riêng biệt, cá nhân ông giúp người bà con Do Thái cùng cha khác mẹ với mình trốn thoát. Nhưng ông tự xem mình là một sĩ quan mẫu mực, tuân lệnh những gì ông cho là yêu cầu nhiệm vụ của mình. Như thế, ông trực tiếp lún sâu vào một trong những tội phạm độc ác nhất mà thế giới xưa nay chưa từng thấy.

Phục tùng uy quyền không chỉ giới hạn ở số thành viên lực lượng võ trang. Năm 1963, Milgram báo cáo một loạt nghiên cứu chứng minh rằng người bình thường – những người tình nguyện trả lời quảng cáo trên báo – sẵn sàng dí dòng điện có khả năng gây chết người vào người khác, chỉ vì người thí nghiệm bảo họ làm như thế. Trước khi tiến hành nghiên cứu, Milgram đã khảo sát hỏi người bình thường và giới chuyên môn chẳng hạn như các nhà tâm lý học và bác sĩ tâm thần rằng họ nghĩ sau khi tình huống như thế xảy ra. Sự nhất trí chưa đến 3% số người chuẩn bị hành động. Nhưng khi ông đưa tình huống vào thực tế, Milgram nhận thấy kết quả thực tế khác hẳn.

Nghiên cứu cơ bản của Milgram

Những người tham gia nghiên cứu của Milgram là thành viên bình thường trong dân số, tuyển dụng qua một tờ báo địa phương. Khi họ đến trường đại học, họ được giới thiệu với “người tình nguyện” khác, thực ra là người đồng mưu với người thí nghiệm. Họ được yêu cầu rút thăm để xem ai là “giáo viên”, ai là “học viên”. Thực ra, rút thăm cũng gian lận sao cho người tham gia nghiên cứu thực sự luôn đóng vai “giáo viên”.

“Học viên” được đưa vào phòng kế bên, buộc vào ghế, có người tham gia nghiên cứu khác nhìn thấy. Sau đó cho “học viên” biết rằng họ sẽ bị điện giật, không gây thương tổn vĩnh viễn. Người tham gia nghiên cứu bị châm điện thử làm mẫu, điện thế thấp, để chứng minh. Thực ra đây là dòng điện thực sự duy nhất được sử dụng trong toàn bộ thí nghiệm, nhưng người tham gia nghiên cứu không biết điều đó. Trở lại phòng thí nghiệm kế bên, yêu cầu người tham gia ngồi phía trước một bảng điều khiển có một hàng gồm 30 công tắc. Công tắc ở cuối tay trái có ghi “15V”, mỗi lần tăng 15V cho đến khi công tắc cuối tay phải có ghi “450V”. Ngoài ra, có một số nhãn mô tả dán phía trên công tắc, từ điện giật “nhẹ”, “trung bình”, .v.v... cho đến “cực mạnh” và sau cùng “XXX”.

Người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đọc to các từ trong công việc ghép đôi. Khi “học viên” phạm sai lầm thứ nhất, họ phải bấm công tắc đầu tiên, để bị điện giật. Phạm sai lầm thứ hai, họ phải bấm công tắc tiếp theo trong hàng, cũng bị điện giật. Mỗi lần phạm lỗi, điện giật càng mạnh. Trong suốt thí nghiệm, người tham gia nghiên cứu được người thí nghiệm giám sát, khi thấy họ do dự hay phản đối, người thí nghiệm "thúc" bằng lời. Những cú thúc này được giải thích trước chẳng hạn như: "hãy tiếp tục", "thí nghiệm yêu cầu bạn tiếp tục" và "bạn không có chọn lựa khác, tiếp tục đi".

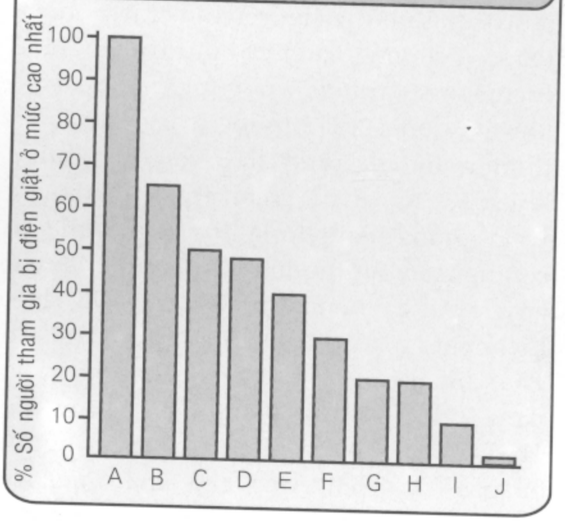
Khi nghiên cứu tiếp diễn, người ta nghe những phản ứng khác nhau ở "học viên". Những phản ứng này thực ra đã được thu âm sẵn, nhưng người tham gia nghiên cứu không biết điều này. Ở mức 75V chỉ nghe tiếng càu nhàu nhỏ, sau đó tiếp tục cho đến khi ở mức 120V, "học viên" la đau. Ở mức 150V, "học viên" thét lên yêu cầu được ra ngoài, ở mức 180V có những tiếng thét "tôi không thể chịu nổi nữa", từ mức 270V trở đi, tiếng thét càng thảm khốc hơn. Ở mức 300V, "học viên" từ chối không chịu trả lời câu hỏi, nhưng người thí nghiệm giám sát nghiên cứu bảo cho những người tham gia nghiên cứu biết rằng khi trả lời sai họ phải im lặng, vì thế tiếp tục bị điện giật. Từ mức 330V, "học viên" im lặng đến mức đáng ngại.

Trong thí nghiệm cơ bản này, Milgram nhận thấy tất cả những người tham gia nghiên cứu đều chịu đựng đến mức 300V, 63% số người tham gia nghiên cứu tiếp tục bị điện giật càng mạnh – bất chấp sự im lặng ở phòng kế bên. Nói cách khác, họ tiếp tục ngay cả khi có vẻ như họ đã giết người khác. Các nhà nghiên cứu khác trong nhiều nước kết quả cũng tương tự cho dù có một số khác biệt văn hóa. Ở Amman, Jordan, Shanab và Yahya (1977) chứng minh rằng tỉ lệ phục tùng giới hạn dưới cao đến 80%, trong khi Kilham và Mann (1974) chứng minh rằng ở Úc thấp hơn 2/3 số mẫu bình thường một chút.

Biến thể trong nghiên cứu cơ bản

Để giải quyết chính xác yếu tố nào liên quan, Milgram thực hiện 21 biến thể nghiên cứu. Một số chứng cứ quan trọng được minh họa trong Bảng 16.3, bao gồm một điều kiện trong đó nói chung không có sự phản hồi từ "học viên", một điều kiện trong đó "học viên" được nhìn thấy trong cùng phòng, một điều kiện khác trong đó nghiên cứu được tiến hành trong một khối nhà cao ốc trung tâm (để xem có phải là do uy tín của đại học Yale khiến người tham gia nghiên cứu phục tùng nhiều hơn hay không), một điều kiện trong đó "giáo viên" buộc vào tay "học viên" một bản điện cực để truyền

Hình 16.3 Một số điều kiện trong nghiên cứu của Milgram



A = Không nghe tiếng tù nạn nhân (100%)
B = Nạn nhân đấm tay vào tường ở mức 300V (65%)
C = Người thí nghiệm thân thiện, "học viên" không cá tính (50%)
D = Nghiên cứu tiến hành trong khối nhà cao ốc trung tâm (48%)
E = Nạn nhân ở cùng phòng (40%)
F = "Giáo viên" buộc điện cực vào tay nạn nhân (30%)
G = Người thí nghiệm hướng dẫn qua điện thoại (20,5%)
H = Người thí nghiệm có vẻ chỉ là thành viên xã hội (20%)
I = Những người khác có cùng vai trò "giáo viên" không nghe lời (10%)
J = Giáo viên tự do lựa chọn mức điện giật (2,5%)

điện, một điều kiện trong đó người thí nghiệm hướng dẫn bằng điện thoại, và một điều kiện trong đó người tham gia nghiên cứu nói chung không được cho biết cường độ dòng điện giật (cường độ trung bình trong điều kiện này là 50V).

Trong một số biến thể khác, do Milgram lập ra là một biến thể trong đó vai trò "giáo viên" được chia sẻ giữa ba người, nhưng chỉ có một người là người tham gia nghiên cứu thật sự. Một người được yêu cầu đọc to các cặp từ, người thứ hai tuyên bố câu trả lời là đúng hay sai, và người thứ ba (người tham gia nghiên cứu thật sự) châm điện. Ở mức 150V, "giáo viên" thứ nhất không chịu tiếp tục nghiên cứu, vì thế người thí nghiệm (có vẻ cáu tiết), giao công việc cho người tham gia nghiên cứu thật sự. Ở mức 210V, "giáo viên" thứ hai không chịu làm tiếp, thế là công việc của họ cũng giao cho người tham gia nghiên cứu thật sự. Như chúng ta nhận thấy từ Hình 16.3, trong điều kiện này chỉ có 10% số người tham gia nghiên cứu tiếp tục đến mức điện giật cao nhất.

Các biến thể khác bao gồm sự thay đổi vai trò của người thí nghiệm. Trong nghiên cứu giới hạn dưới, người thí nghiệm thận trọng chọn nhân vật lãnh đạm, khắt khe với "học viên" là người dễ mến, thân thiện. Hoán đổi những vai trò này tạo ra sự giảm sút tính phục tùng không đáng kể nhưng cũng không đặc biệt ấn tượng. Trong một điều kiện khác, người thí nghiệm đột ngột được mời ra nghe điện thoại, "người tham gia nghiên cứu" (thực ra là người đồng mưu khác) được mời vào thay. Họ không được cho biết mức sử dụng dòng điện giật, người vào thay giả vờ, chính ý kiến của anh ta mỗi lần phải tăng thêm một mức. Mức phục tùng thấp hơn nhiều cho thấy uy quyền của người thí nghiệm rõ ràng là một yếu tố quan trọng.

Milgram không nhận thấy sự khác nhau giới tính trong nghiên cứu phục tùng: cả nam lẫn nữ được phục tùng cùng mức độ. Nghiên cứu khác của Sheridan và King (1972), yêu cầu người tham gia nghiên cứu phải làm cho chó con thật bị điện giật với mức độ nghiêm trọng ngày càng tăng. Như Milgram, họ nhận thấy mức độ phục tùng cực cao, cho dù những người tham gia nghiên cứu nhận thấy chó con la hét, rên rỉ mỗi khi bị điện giật. Mặc dù ban đầu người ta nghĩ rằng có lẽ nữ không tuân thủ bằng nam trong công việc này vì hình ảnh phụ nữ truyền thống mang tính chăm sóc, "nuôi nấng" nhiều hơn, nhưng các nhà nghiên cứu nhận thấy nữ phục tùng thậm chí còn cực đoan hơn nam, phụ nữ tham gia nghiên cứu làm cho chó con bị điện giật ở mức tối đa có thể.

Nghiên cứu phục tùng của Hofling

Nghiên cứu của Milgram được tiến hành trong hình thức thí nghiệm trong phòng thí nghiệm, nhưng Hofling *và người khác*, năm 1966 tiến hành một nghiên cứu phục tùng ngoài đời thực trong bối cảnh bệnh viện. Trong những nghiên cứu này, đội ngũ điều dưỡng trực đêm nhận được điện thoại từ một người khẳng định mình là bác sĩ đang phải điều trị cho một bệnh nhân đặc biệt. "Bác sĩ" yêu cầu điều dưỡng kiểm tra tủ thuốc để xem còn một loại thuốc cụ thể hay không. Người giữ tủ thuốc báo cáo rất rõ ràng rằng liều tối đa đối với loại thuốc này là 10mg. Khi điều dưỡng trở lại điện thoại báo rằng đã tìm thấy thuốc, "bác sĩ" bảo cô phải tiêm 20mg cho bệnh nhân ngay lập tức.

Yêu cầu này bất chấp nhiều qui định trong bệnh viện. Điều dưỡng không được phép tiêm thuốc qua hướng dẫn điện thoại. Ngoài ra, đây là loại thuốc không được phép dùng đối với bộ phận cụ thể ấy, và điều dưỡng không biết bác sĩ liên quan. Mặt khác, trong thông lệ y học bình thường, điều dưỡng được nghĩ phải nghe lời hướng dẫn của bác sĩ, trong số các điều dưỡng trong thí nghiệm này, 95% đã rót thuốc ra, chuẩn bị mang đến cho bệnh nhân, trước khi được một người quan sát ẩn mình trước đây ngăn chặn.

Thực ra, sự bất tuân đối với điều dưỡng trong tình huống ấy rất khó. Sau này khi được phỏng vấn, một số điều dưỡng cho rằng bác sĩ hướng dẫn qua điện thoại, và bác sĩ rất bực mình nếu điều dưỡng cứ theo đúng qui định. Khi xét cán cân quyền lực không bình đẳng giữa bác sĩ và điều dưỡng trong ngành y, hầu hết điều dưỡng đều thích làm theo lệnh hơn là làm cho bác sĩ bực mình, thì có thể ảnh hưởng xấu đến nghề nghiệp sau này. Những gì mà thí nghiệm Hofling chứng minh là áp lực xã hội này tạo ra mức độ phục tùng khiến điều dưỡng thực hiện một hành động nguy hiểm, chỉ vì "nghe theo lệnh".

THUYẾT TÁC NHÂN CỦA MILGRAM

Milgram (1973) cho rằng mức độ phục tùng đáng ngạc nhiên mà ông đã chứng minh có thể được giải thích theo nghĩa chức năng hoạt động của hệ thống xã hội theo thứ bậc, xét từ góc độ tiến hóa. Trong sự sắp xếp thứ bậc, một số mức độ kiểm soát đối với hành động một người bị bỏ qua, như một phần của sự chấp nhận sự kiểm soát từ cấp trên trong hệ thống thứ bậc. Milgram cho rằng sự ức chế năng nổ bình thường đối với người khác xảy ra khi con người tự xem mình là những cá thể tự do, tự chủ, bị kiềm chế khi con người xem mình như những tác nhân hành động thay mặt người khác.

Trạng thái tác nhân

Theo thuyết của Milgram, lương tâm là một yếu tố quan trọng khi một người làm việc một mình. Nhưng lương tâm cũng bị đè nén khi họ làm việc như một bộ phận trong hệ thống xã hội, trong những gì ông mô tả là chế độ tổ chức. Trong bối cảnh ấy, chỉ thị không được đánh giá đi ngược với lương tâm cá nhân giống như khi cá nhân hành động độc lập. Sự đè nén kiểm soát và phương hướng cá nhân này có nghĩa là sự kiểm soát cấp cao hơn từ người khác sẽ hoạt động hiệu quả hơn. Nói cách khác, Milgram cho rằng con người có khả năng thay đổi giữa hai trạng thái khác nhau: **trạng thái tự chủ** trong đó họ xem hành động của mình là tự định hướng, chủ động, trong đó lương tâm hoạt động hoàn toàn, và **trạng thái tác nhân** trong đó con người xem mình là tác nhân của người khác, lương tâm cá nhân không hoạt động.

Milgram cho rằng con người được rèn luyện trạng thái tác nhân từ rất sớm. Bố mẹ bảo con không được đánh em một phần khuyến khích sự phát triển các nguyên tắc đạo đức, nhưng cũng hình thành khái niệm phục tùng uy quyền. Ngoài ra, trẻ được rèn luyện để chứng tỏ có hành vi thích hợp với tổ chức trong trường học. Nhu cầu và mong muốn cá nhân phải được đặt dưới "điều tốt chung" của lớp học và phải tôn trọng uy quyền của giáo viên. Cơ chế tương tự theo Milgram được phản ánh trong khắp các cơ sở xã hội khác. Do đó trật tự xã hội được trẻ nhập tâm, được duy trì bằng hành động chủ động của trẻ cũng như bằng sự kiểm soát bên ngoài. Mệnh lệnh phục tùng uy quyền có cội rễ sâu xa. Chúng cũng kết hợp gắn bó với "sự thuộc về" nhóm xã hội – một nhu cầu có vẻ rất cơ bản ở con người.

Milgram cho rằng trạng thái tác nhân được biểu thị qua nhiều cơ chế. Một trong những cơ chế này gọi là **đồng điệu** – con người "hòa hợp" với mệnh lệnh hay chỉ thị nhận được từ cấp trên, và những điều này được xem như các hạng mục thông tin quan trọng. Thông tin hay yêu cầu từ cấp dưới trong hệ thống thứ bậc không được lưu ý nhiều như thế. Vì thế trong trường hợp những người tham gia nghiên cứu trong phòng thí nghiệm, truyền đạt từ "học viên" không được để ý cho lắm (bất chấp tính xúc cảm của họ) trong khi truyền đạt từ người thí nghiệm được đặc biệt xem trọng.

Con người trong trạng thái tác nhân cũng có khuynh hướng **xác định lại** ý nghĩa tình huống sao cho có thể chấp nhận định nghĩa hành động của mình do uy quyền tạo ra mà họ là thuộc cấp. Một số người tham gia nghiên cứu trong nghiên cứu của Milgram trong suy nghĩ xác định lại sự đau đớn mà họ gây ra, xem đó "không nguy hiểm", cho dù bản thân họ cảm thấy lo âu vì điều này được người thí nghiệm xác định. Khi nghiên cứu sự can thiệp của người bàng quan, chúng ta nhận thấy định nghĩa nhận thức tình huống của cá nhân có thể là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến hành động của cá nhân ấy.

Một tác dụng khác, quan trọng nhất của sự thay đổi tác nhân là con người không còn suy nghĩ có trách nhiệm đối với hành động của mình nữa. Thay vào đó, họ cảm thấy **có trách nhiệm** với uy quyền cao hơn, chủ yếu quan tâm họ có "làm việc đúng" hay không. Điều này theo Milgram là con người bình thường – thuộc loại giống như Eichmann khi xuất hiện ở phiên tòa năm 1963 – có thể tiến hành những công việc tiêu diệt, mưu sát và tra tấn người khác. Thật đáng chú ý khi các mức độ phục tùng trong nghiên cứu của Milgram giảm sút khi "giáo viên" gần gũi với "học viên" nhiều hơn, phải đối mặt trực tiếp hơn với những hậu quả từ hành động của mình. Khi chính Eichmann mặt đối mặt với "xe lửa tử thần" do ông sắp xếp, ông ngã bệnh. Nhưng vẫn không thay đổi việc mình đang làm.

Khi nghiên cứu sự phục tùng, chúng ta cần xét đến các khía cạnh của tình huống, theo Milgram, dẫn đến "trạng thái tác nhân" ở con người, và duy trì trạng thái này. Milgram mô tả điều này đang diễn ra qua sự hình thành "ràng buộc xã hội" có 3 đặc điểm chính trong tình huống thử nghiệm do ông lập ra, được đề cập trong Khung 16.2.

Căng thẳng đạo đức

Điều rất rõ ràng trong suốt các nghiên cứu mà người tham gia nghiên cứu phải trải qua một lượng **căng thẳng đạo đức** rất lớn. Họ lập luận với người thí nghiệm, cố thuyết phục ông ta hoãn lại nghiên cứu, thể hiện dấu hiệu vô cùng đau khổ trước sự việc đang diễn ra. Có nhiều khía cạnh trong tình huống thí nghiệm làm tăng căng thẳng đạo đức này. Một trong số này là tiếng la hét thống khổ của "học viên". Mặc dù người tham gia nghiên cứu hòa hợp với người thí nghiệm hơn là "học viên", nhưng họ không thể hoàn toàn phớt lờ những tiếng la này. Tương tự, "học viên" đang đưa ra yêu cầu – "hãy

Bảng 16.12 Cơ chế phòng thủ tâm lý trong nghiên cứu của Milgram

Phủ nhận	Một số người tham gia nghiên cứu giảm thiểu hóa những gì diễn ra ở nạn nhân (phủ nhận là một cơ chế phòng thủ phổ biến ở nước Đức quốc xã – hầu hết mọi người đều không thừa nhận sự việc diễn ra trong thực tế).
Lảng tránh	Nhiều người tham gia nghiên cứu cố gắng không nhìn "học viên" hay người thí nghiệm.
Mức độ tham gia	Một số người tham gia nghiên cứu búng công tắc rất nhẹ như thể phần nào họ làm giảm thiểu đau đớn do điện giật hay trách nhiệm của mình.
Giúp đỡ học viên	Nhiều người tham gia nghiên cứu cố giúp "học viên", chẳng hạn bằng cách nhấn mạnh câu trả lời đúng khi họ đọc lớn sao cho họ không chọn câu trả lời sai.

Nguồn: Milgram, 1973

Khung 16.2 "Ràng buộc xã hội"

Nghiên cứu của Milgram hình thành những gì được nhận thức như là một loại **ràng buộc xã hội,** có vẻ ràng buộc người tham gia nghiên cứu vào hành vi yêu cầu đối với họ. Ràng buộc xã hội có nhiều yếu tố, trong đó 3 yếu tố quan trọng nhất như sau:

1. *Tính chất theo chuỗi của hành động* trong một thời điểm bất kỳ, người tham gia nghiên cứu không được yêu cầu phải làm nhiều hơn mức họ đã làm. Vì thế, tiếp tục yên tâm hơn dừng lại, vì dừng lại có nghĩa là cá nhân nhận thấy rằng những gì họ đã làm chưa được thỏa mãn.

2. *Hợp đồng xã hội ẩn* đặc điểm yêu cầu của các thí nghiệm tâm lý học xã hội tương đối tẻ nhạt khá cao vì con người cảm thấy rằng mình tự đặt vào một tình huống nơi họ phải đồng ý hợp tác, vì thế họ hợp tác càng nhiều càng tốt. Những người tham gia nghiên cứu trong nghiên cứu của Milgram cảm thấy như thể mình đang phá vỡ hợp đồng xã hội này nếu họ phải từ chối việc thực hiện vai trò "người tham gia tốt".

3. *Sự lo âu* con người cảm thấy lo âu khá nhiều khi không nghe lời người thí nghiệm. Những người tham gia nghiên cứu trong nghiên cứu của Milgram có dự định chống đối, thường gồm những lý lẽ phản đối người thí nghiệm. Ngoài ra họ thể hiện nhiều phản ứng khác bao gồm sự căng thẳng tột độ và tiếng cười phòng thủ. Tuy nhiên, bất chấp dấu hiệu cho thấy rằng họ muốn chống đối nhưng cũng chấp nhận để nghĩ rằng trách nhiệm đối với hành động của họ không phải thuộc về phần họ, do đó họ tiếp tục cuộc thí nghiệm.

Dĩ nhiên điều thú vị là nhận xem của Milgram cho rằng những người thực sự không chống đối uy quyền đều có khả năng hành động điềm tĩnh và không có căng thẳng – ít nhất, một khi họ đã đi đến điểm quyết định. Một khả năng xảy ra là bằng việc phủ nhận ràng buộc xã hội, họ thay một tập hợp giá trị bằng một tập hợp khác, áp đặt những ràng buộc hành vi khác đối với họ. Mặc dù, đối với hầu hết mọi người, áp lực qua những yếu tố này đủ mạnh để khiến họ phải tin, ít nhất trong thời điểm ấy, thực tế họ không có chọn lựa nào khác ngoài việc phải làm những việc có vẻ như người khác đang yêu cầu ở mình.

thả tôi ra khỏi đây" – trực tiếp mâu thuẫn với yêu cầu của người thí nghiệm. Khả năng có thể khác là sự trả thù về sau của "học viên" hoặc qua tòa án hoặc bạo lực cá nhân. Nhiều người tham gia nghiên cứu cũng cảm thấy hành động của mình không phù hợp với hình ảnh về cái tôi, ở chỗ họ làm cho nạn nhân vô tội đau đớn.

Một số người tham gia nghiên cứu đối phó với căng thẳng đạo đức này bằng cách sử dụng **cơ chế phòng thủ** tâm lý học liệt kê trong Bảng 16.12. Milgram cho rằng hầu hết các tình huống dẫn đến sự phục tùng trong đời sống hàng ngày đều có **vật đệm** làm giảm mức độ căng thẳng đạo đức. Chẳng hạn công nghệ tạo ra khoảng cách giữa nạn nhân và thủ phạm. Máy tạo điện giật, với các công tắc chính xác và vẻ ngoài hình thức làm giảm tính trực tiếp của những gì đang diễn ra. Khoảng cách vật lý tác dụng như một vật đệm khác – phi công lái máy bay ném bom không nhìn thấy những người bị giết hay bị phỏng do bom napalm.

Khoảng cách xã hội có tác dụng như một vật đệm: Eichmann thận trọng khi tiếp xúc với các trại tập trung trực tiếp càng ít càng tốt, hay những người làm việc trong trại, bất chấp việc ông chịu trách nhiệm chung đối với các trại.

HÀNH VI ĐỘC LẬP

Nghiên cứu tính tuân thủ và sự phục tùng cho thấy rằng con người thường có khuynh hướng hòa hợp với nhau hơn là tự khẳng định mình hay hành động theo cách khác. Nhưng điều này không phải lúc nào cũng thế. Trong một số trường hợp, con người phản đối chống lại uy quyền – công khai lẫn ngấm ngầm. Và con người không phải lúc nào cũng hòa hợp với đa số – đôi lúc, thiểu số có ảnh hưởng đáng kể. Gần đây, các nhà tâm lý học ngày càng quan tâm đến **hành vi độc lập** và cách con người chống lại áp lực buộc phải tuân thủ tiêu chuẩn xã hội hay phải phục tùng chính quyền.

SỰ CHỐNG ĐỐI

Không phải người tham gia nào trong nghiên cứu của Milgram cũng đều nghe lời người thí nghiệm. Ngoài ra, phản ứng của những người không nghe lời hoàn toàn khác hẳn với những người nghe lời. Milgram (1973) mô tả Gretchen Brandt một người tham gia nghiên cứu từ chối không tiếp tục nghiên cứu. Khi mức điện thế tăng đến 210V, bà ta quay sang người thí nghiệm, rất điềm tĩnh, tuyên bố không tuân thủ. Milgram nhận xét rằng bà ấy thể hiện một vài dấu hiệu lo âu, bồn chồn như ở những người tham gia nghiên cứu khác, có vẻ lúc nào cũng tỏ ra điềm tĩnh. Đối với bà, sự bất tuân có ý thức hoàn toàn là một hành động hợp lý. Khi được hỏi về hoàn cảnh trước đây, hóa ra Gretchen Brandt đã lớn lên trong nước Đức thời quốc xã. Sau thí nghiệm, khi được phỏng vấn nền tảng trước đây có ảnh hưởng đến bà hay không, bà chậm rãi đáp: "có lẽ chúng tôi chứng kiến quá nhiều đau khổ".

Người tình nguyện khác không chịu tuân thủ, Jan Rensaleer, ở Hà Lan trong Thế chiến II, như Gretchen Brandt, cá nhân ông chấp nhận hoàn toàn trách nhiệm đối với việc chích dòng điện vào nạn nhân, cho rằng ông nghĩ thật là "hèn nhát" khi quy trách nhiệm cho người thí nghiệm hay một người khác bất kỳ. Sự điềm tĩnh tương đối của hai người tham gia nghiên cứu này khi họ bất tuân rất hiển nhiên - Jan Rensaleer chỉ giận dữ khi người thí nghiệm báo với ông rằng không có chọn lựa nào khác ngoài việc phải tiếp tục. Nhưng ông vẫn tiếp tục từ chối.

Sự điềm tĩnh của những người này khi so sánh với những người tham gia nghiên cứu khác, rất đáng chú ý. Theo Milgram điều này là vì họ bất tuân – sự bất tuân là hành động để chấm dứt sự căng thẳng đạo đức. Tiếp đến là một chuỗi bắt đầu bằng sự nghi ngờ nội tâm, mà người tham gia nghiên cứu thận trọng bày tỏ cho người thí nghiệm biết. Sự nghi ngờ này dần dần trở thành thái độ bất đồng rõ ràng hơn, sau đó trở thành mối đe dọa phải rút khỏi tình huống và sau cùng dẫn đến sự bất tuân. Milgram đặc biệt ấn tượng trước cách sự căng thẳng được hình thành chỉ trong khi nghĩ đến sự bất tuân trong những giai đoạn đầu. một khi người tham gia nghiên cứu ra quyết định bất tuân thì căng thẳng bị xua tan hoàn toàn, chúng được phối hợp thêm lần nữa. Milgram giải thích điều này theo nghĩa lối thoát tâm lý học khỏi trạng thái tác nhân và trở về trạng thái tự chủ trong đó cá nhân chịu trách nhiệm hoàn toàn đối với hành động của chính mình.

Sự chống đối thú vị

Gretchen Brandt và Jan Rensaleer có những kinh nghiệm đặc biệt trong đời sống dường như ảnh hưởng đến quyết định của họ. Thế còn những người khác? Năm 1982, Gamson, Fireman và Rytina tiến hành một nghiên cứu cố gắng lập ra tình huống trong đó con người chống đối lại uy quyền hơn là tuân thủ.

Việc lập ra một tình huống thí nghiệm trong đó con người phải chống đối không phải là dễ – nhất là theo quan điểm khuynh hướng con người phải phối hợp với người thí nghiệm và thực hiện những gì mà họ nghĩ rằng người thí nghiệm muốn họ làm (Orne, 1962). Tuy nhiên, năm 1982, Gamson, Fireman và Rytina báo cáo một thí nghiệm nghiên cứu sự phản đối chống lại uy quyền. Chắc chắn, thí nghiệm này bao gồm mức độ đánh lừa nhất định nhưng các nhà nghiên cứu bỏ qua bằng cách yêu cầu mỗi thành viên trong nhóm nghiên cứu tham gia nghiên cứu trả lời cuộc khảo sát qua điện thoại. Trong số các câu hỏi là câu liệu họ có sẵn sàng tham gia nghiên cứu trong đó họ bị đánh lừa về mục đích cho đến khi nghiên cứu hoàn tất hay không. Vì thế sự đánh lừa được một hội đồng đạo đức xem là có thể chấp nhận được, những người này xem lại phương án của người thí nghiệm vì người tham gia phải đồng ý với phương án này.

Người tham gia nghiên cứu được tập hợp thành các nhóm, có lúc lên đến 9 nhóm, họ được yêu cầu điền vào nhiều bảng câu hỏi về thái độ. Trong số nhiều vấn đề khác, họ được hỏi về quyền lợi của nhân viên, hành vi của các công ty dầu hóa lớn và những chuyện tình ngoài hôn nhân. Người tham gia nghiên cứu được cho biết rằng nghiên cứu do một công ty gọi là MHRC (tư vấn quan hệ cá nhân của nhà sản xuất) tiến hành, đây là những trường hợp nghiên cứu chính thức, và họ bị các tiêu chuẩn cộng đồng ảnh hưởng đến mức nào. Họ được cho biết rằng phải thảo luận những vấn đề này, thảo luận ấy được ghi hình. Mỗi người tham gia ký bản thỏa thuận được ghi hình, phát biểu dứt khoát rằng cuộn băng là tài sản của MHRC.

Sau đó người tham gia phải thảo luận một trường hợp cụ thể. Ông C, quản lý trạm xăng, đã sống với người khác mà ông không làm đám cưới. Công ty dầu điều tra trường hợp này, thuê thám tử tư, rút lại đặc quyền với lý do ông vi phạm hợp đồng. Điều khoản ấy qui định đặc quyền có thể rút lại trong trường hợp bị bắt bớ, nghiện ma tuý, mất trí hay những điều kiện tương tự, công ty dầu lập luận rằng sống chung với người khác nhưng không làm đám cưới là trái với đạo đức, được xếp vào "điều kiện tương tự". Ông C. phản ứng bằng cách kiện công ty vi phạm sự riêng tư và bội ước.

Khi người tham gia nghiên cứu thảo luận trường hợp này, ngày càng thấy rõ rằng thảo luận được lập ra đơn thuần để thu thập chứng cứ đối với công ty dầu. Sau khi họ bàn bạc khoảng 5 phút, người điều phối bước vào phòng, tắt đầu máy, hỏi 3 thành viên trong nhóm giả vờ như bị hạnh kiểm của ông C làm bực mình. Người điều phối khi ra khỏi phòng, bật lại đầu máy. Loại sự kiện này diễn ra nhiều lần. Mỗi người được yêu cầu dành ra vài phút giải thích trước ống kính lý do tại sao họ không làm ăn với trạm xăng có quản lý trái đạo đức như thế, và cho rằng họ nghĩ ông ta đã mất đặc quyền. Giai đoạn sau cùng của quá trình đối với người tham gia nghiên cứu là ký vào bảng tuyên bố xác nhận băng video có thể do MHRC biên tập và sử dụng làm chứng cứ trong phiên tòa.

Gamison, Fireman và Rytina trắc nghiệm 33 nhóm nhưng chỉ có một nhóm hoàn chỉnh tiếp tục cho đến hết. Các nhóm khác đều phản đối một điểm này hay điểm khác, ngày càng thấy rõ rằng họ đang được yêu cầu phải kết hợp chứng cứ xáo trộn với nhau vì lợi ích của công ty dầu. Dĩ nhiên, không phải mọi người trong mỗi nhóm đều phản đối: một số tiếp tục đến cùng và ký vào bản tuyên bố cho dù các thành viên khác trong nhóm họ không chịu tiếp tục. Mặc dù trong một số nhóm, có người cực kỳ giận dữ – nhiều đến mức các nhà nghiên cứu sợ rằng một số đau khổ cá nhân là nguyên nhân khiến cho người tham gia quyết định kết thúc nghiên cứu sớm, chỉ 33 nhóm thay vì 81 nhóm theo dự định ban đầu.

Yếu tố dẫn đến sự chống đối

Một trong những vấn đề đầu tiên mà các nhà nghiên cứu khảo sát là liệu chỉ có những người có thái độ chống lại uy quyền mới chống đối hay không. Bảng câu hỏi và trắc nghiệm thái độ được hoàn tất vào lúc đầu thí nghiệm cung cấp cho họ một lượng đáng kể thông tin loại này, và họ sử dụng thông tin để sắp xếp nhóm. Họ tìm thấy sự tương quan giữa thái độ chống lại uy quyền thể hiện trong đánh giá ban đầu và sự chống đối trong khi nghiên cứu ở những nhóm bao gồm những người có thái độ chống lại uy quyền thường có khuynh hướng chống đối nhanh hơn và nhận thức điều gì đang diễn ra sớm hơn.

Nhưng sự tương quan ấy không giải thích cho tất cả thái độ chống đối. Mười nhóm hoàn toàn gồm những người không có thái độ chống lại uy quyền. Mô tả nhân cách của họ biểu thị rằng thực ra họ rất tuân thủ uy quyền, và rất có khả năng đứng về phía công ty dầu chống lại viên quản lý. Nhưng thậm chí trong những nhóm này, mặc dù hầu hết thành viên trong nhóm đều hoàn tất quá trình nhưng cũng có một số sự chống đối, và nhiều lý lẽ gay gắt. Trong các nhóm bình thường hơn, ít cực đoan hơn, sự chống đối trở thành một tiêu chuẩn của nhóm, và tất cả thành viên trong nhóm đều từ chối không tiếp tục quá trình.

Lập mô hình và kết hợp cá nhân

Nghiên cứu này đưa ra nhiều câu hỏi lý thú về tính chất chống đối uy quyền. Một vấn đề được các nghiên cứu khác củng cố là sự hiện diện của người khác có lập trường tương tự cũng là yếu tố quan trọng, thể hiện rõ trong nghiên cứu của Milgram, trong đó sự hiện diện của người khác bất tuân lệnh cũng đủ làm cho nhiều người nghiên cứu khác bất tuân theo. Trong hầu hết các nhóm, sự chống đối trở thành một phản ứng được hình thành: con người căm phẫn về những gì người khác yêu cầu họ làm, và thể hiện thái độ ấy công khai. Đây chỉ là một bước nhỏ dẫn đến việc cả nhóm thể hiện công khai sự phẫn nộ, đến mức một cá nhân cảm giác có thể hành động theo sự phẫn nộ ấy.

Mặc dù lập mô hình không phải là câu trả lời đầy đủ. Như chúng ta đã biết, một số chống đối diễn ra thậm chí trong các nhóm có thái độ ủng hộ uy quyền mặc dù điều này không phổ biến như các nhóm khác. Nếu một người bị áp lực thì có vẻ sự kết hợp đạo đức cá nhân của họ tự khẳng định và họ quyết định chọn lập trường theo nguyên tắc cho dù họ thuộc nhóm thiểu số. Milgram giải thích điều này theo nghĩa đánh thức lại trạng thái tự chủ, phủ nhận yêu cầu không thể chấp nhận được của trạng thái tác nhân. Sau cùng cá nhân đi đến kết luận rằng vấn đề trở thành vấn đề kết hợp cá nhân, là nguyên nhân khiến cho họ từ bỏ trạng thái tác nhân và hành động tự chủ.

Có những khó khăn trong việc cố gắng phác họa những nét tương đồng giữa nghiên cứu này và nghiên cứu của Milgram, vì một lẽ nghiên cứu này diễn ra sau nghiên cứu của Milgram – lúc ấy, nước Mỹ chứng kiến vụ điều tra Watergate, làm cho giá trị không thừa nhận uy quyền được xác lập được nhiều người nhận biết rõ ràng hơn – cũng như có những thay đổi xã hội khác. Thậm chí một người tham gia nghiên cứu dẫn chứng công trình của Milgram như một lý do giải thích tại sao họ không tuân thủ nghiên cứu thuộc loại này!

Ngoài ra, có rất ít lý thuyết tâm lý học giải thích hành vi độc lập. Mô hình của Milgram bàn về điều tốt nhất mà chúng ta có sẵn và dựa vào khuyết điểm của mô hình cho thấy rằng trong lĩnh vực này có nhiều khoảng trống đáng kể. Tuy nhiên chúng ta hiểu về hành vi độc lập nhiều hơn cách đây vài thập niên. Nghiên cứu của Gamson, Fireman và Rytina cũng cho chúng ta biết ít nhiều về tính chất chống đối, nhưng chúng ta phải hiểu nhiều hơn nữa từ những phát triển nổi bật trong nghiên cứu tính tuân thủ và ảnh hưởng thiểu số.

ẢNH HƯỞNG THIỂU SỐ

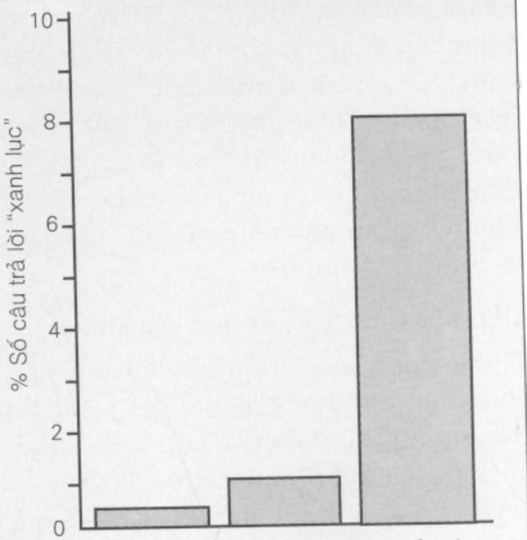
Khi đánh giá nghiên cứu của Asch, Moscovici và Faucheux (1972) lập luận rằng, các nhà nghiên cứu tính tuân thủ hoàn toàn bỏ qua bối cảnh xã hội khi tiến hành nghiên cứu. Thực ra, họ cho rằng, nghiên cứu của Asch thực ra chứng minh ảnh hưởng của *thiểu số* chứ không phải của đa số. Những gì mà Asch và người khác quên là, con người không đột ngột từ bỏ quãng đời còn lại khi đồng ý tham gia một thí nghiệm tâm lý học. Đúng ra, những người tham gia nghiên cứu độc thân của Asch thực ra nên được xem là đại diện cho một đa số đông hơn. Họ nhìn thấy câu trả lời đúng trong công việc đoán đoạn thẳng rất rõ ràng. Vì thế họ biết những người khác. Do đó, quan điểm đa số là phải đánh giá đoạn thẳng thật chính xác. Nhưng vì áp lực xã hội được lập ra trong nghiên cứu của Asch, nên người tham gia nhượng bộ, tuân thủ thiểu số, những người ở đó trong thời điểm ấy, và đưa ra giải pháp khác đối với vấn đề.

Năm 1969, Moscovici, Lage và Naffrechoux tiến hành nghiên cứu ảnh hưởng thiểu số. Như Asch họ tiến hành nghiên cứu trong những nhóm nhỏ. Người tham gia được cho thấy những phim dương bản màu xanh trời luôn cùng màu sắc nhưng khác về độ sáng, họ phải hô to màu của phim dương bản. Mặc dù thấy rõ phim dương bản màu xanh trời nhưng đôi khi người đồng mưu với người thí nghiệm lại hô "xanh lục" đây là quan điểm của thiểu số khác với đa số trong nhóm ấy cũng như quan điểm được xã hội chấp nhận nói chung.

Nói chung, trong nghiên cứu có 3 điều kiện: điều kiện kiểm soát, điều kiện thiểu số không nhất quán và điều kiện thiểu số nhất quán. Điều kiện kiểm soát có 6 người tham gia nghiên cứu thật sự trong khi các điều kiện khác chỉ có 4 người tham gia nghiên cứu thật sự và hai người đồng mưu. Trong điều kiện thiểu số không nhất quán, người đồng mưu gọi phim dương bản là màu xanh lục chiếm 2/3 thời gian, và màu xanh trời chiếm 1/3 thời gian. Trong điều kiện thiểu số nhất quán, lúc nào người đồng mưu cũng gọi là "màu xanh lục".

Không có gì phải ngạc nhiên, tất cả 6 người tham gia nghiên cứu thật sự đều trả lời "màu xanh lục" trong hầu hết các lần thử: không có chứng cứ cho thấy nhận thức của họ khác hơn nhận thức được mong đợi. Thiểu số không nhất quán không bị ảnh hưởng nhiều (xem Hình 16.4). Nhưng thiểu số nhất quán có một ảnh hưởng rất ngạc nhiên. Cho dù công

Hình 16.4 Ảnh hưởng và tính nhất quán của thiểu số



Nguồn: Phỏng theo Moscovici *và người khác*, 1969 việc rõ ràng nhưng gần 10% số câu trả lời ở người tham gia nghiên cứu trong điều kiện thiểu số nhất quán nhận dạng màu "xanh lục".

Sau thí nghiệm, Moscovici, Lage và Naffrechoux trắc nghiệm **ngưỡng màu** ở người tham gia nghiên cứu. Ngưỡng màu là điểm nơi một người đoán màu này hóa thành màu kia. Con người không phải là máy móc: phản ứng đối với kích thích của họ cũng thay đổi. Vì thế trong các cách đánh giá tâm lý học, ngưỡng được ấn định ở điểm nơi nhận dạng được 50% số kích thích. Trong trường hợp này, ngưỡng được ấn định ở một bóng màu cụ thể mà cá nhân gọi là xanh trời trong 50% trường hợp họ nhìn thấy, và gọi là màu xanh lục trong 50% trường hợp khác.

Những gì mà Moscovici và đồng nghiệp của ông phát hiện là người tham gia trong cả hai nhóm thí nghiệm đều biểu thị một ngưỡng màu xanh lục thấp hơn những người trong điều kiện kiểm soát. Nói cách khác, họ sẵn sàng cho rằng kích thích xanh trời – xanh lục là xanh lục nhiều hơn trước kia. Trong khi ngưỡng của những người trong điều kiện kiểm soát không đổi thì có vẻ việc tham gia thí nghiệm đã ảnh hưởng đến nhận thức màu sắc của người tham gia. Cũng thật thú vị, bằng cách này những người bị ảnh hưởng nhiều nhất là những người nằm trong điều kiện thiểu số nhất quán. Mặc dù họ tiếp tục công khai gọi là màu xanh trời nhưng đánh giá nhận thức của riêng họ bị ảnh hưởng của thiểu số nhất quán.

Tính nhất quán và sự hợp lý

Thực ra, tính nhất quán hóa ra là một trong những yếu tố quan trọng nhất trong ảnh hưởng thiểu số, điều này được nhiều nghiên cứu khác khẳng định. Hogg và Vaughan (1995) phác họa nhiều lý do giải thích tại sao. Một trong số này là thiểu số nhất quán phá vỡ tính liên tục dễ chịu của quan điểm đa số, vì thế tạo ra mức độ hoài nghi, không chắc chắn, cũng cho thấy rằng có quan điểm khác thay thế đối với quan điểm đã được chấp nhận, là quan điểm mà con người không nhận biết trước đó. Nó thường thu hút sự chú ý, có nghĩa là con người nhận biết quan điểm ấy đang tồn tại. Vì thế quan điểm thiểu số hoàn toàn nhất quán có thể làm cho con người đánh giá lại suy nghĩ của riêng mình và tìm hiểu những khả năng thay thế có thể.

Ngoài ra quan điểm thiểu số nhất quán biểu thị rằng con người có quan điểm này tỏ ra chắc chắn với những gì họ đang phát biểu và sự cam kết với lập trường của mình không hề thay đổi. Điều này cũng cho thấy việc theo quan điểm thiểu số nghiêm túc là cách duy nhất để giải quyết mâu thuẫn vì những người có quan điểm thiểu số rõ ràng không thay đổi suy nghĩ của mình, hay do áp lực của đa số.

Tính nhất quán rất quan trọng đối với ảnh hưởng thiểu số. Nhưng tính nhất quán bao hàm nhiều là đơn giản lặp lại cùng sự việc. Những gì mà thiểu số nhất quán phát biểu cũng cần được tin. Nếu ít nhất nó không hợp lý đối với người khác, những người tiếp xúc với lập trường thiểu số thì không chắc nó có ảnh hưởng bất kỳ.

Để nghiên cứu điều này, Nemeth, Swedlund và Kanki (1974) tiến hành thí nghiệm "xanh trời – xanh lục" gần như giống hệt với thí nghiệm của Moscovici cùng đồng nghiệp. Họ có một điều kiện kiểm soát, không có dầu vào người đồng mưu, 5 điều kiện thí nghiệm với 4 người tham gia nghiên cứu thật sự và 2 người đồng mưu. Hai điều kiện thí nghiệm đầu tiên là sự lặp lại đơn giản: người đồng mưu trả lời "xanh lục" đối với tất cả các phim dương bản trong điều kiện thứ nhất, và "xanh trời – xanh lục" cho tất cả các phim dương bản trong điều kiện thứ hai. Quan điểm là phải sử dụng những điều kiện này để nghiên cứu, liệu đối với một thiểu số có luôn lặp lại cùng câu trả lời hay không.

Điều kiện thứ ba được mô tả là điều kiện ngẫu nhiên. Người đồng mưu sẽ bất đồng với người khác nhưng lần này họ trả lời hoặc "xanh lục" hoặc "xanh lục – xanh trời" trên cơ sở hoàn toàn ngẫu nhiên, trong câu trả lời không có sự nhất quán. Trong chừng mực nào đó, lần này giống như điều kiện kiểm soát thứ hai, nhưng lần này chính nội dung của câu trả lời của thiểu số mới được kiểm soát chứ không phải có quan điểm thiểu số hay không.

Điều kiện thí nghiệm thứ tư và thứ năm nghiên cứu loại nhất quán khác nhau tương quan với độ sáng hay độ mờ màu sắc. Trong điều kiện thứ tư, người đồng mưu hô "xanh lục" đối với phim dương bản màu sáng và "xanh lục – xanh trời" đối với phim dương bản màu tối. Trong điều kiện thứ năm, trái ngược lại. Vì thế tính nhất quán trong các điều kiện thí nghiệm thứ tư và thứ năm liên quan đến kích thích thực tế đang được biểu hiện.

Nemeth *và người khác* (1974) nhận thấy điều kiện thứ tư và thứ năm mà họ gọi là "điều kiện tương quan", biểu thị mức độ ảnh hưởng thiểu số cao hơn mức độ ảnh hưởng của những người khác. Điều kiện kiểm soát, điều kiện ngẫu nhiên và điều kiện "xanh lục" lặp đi lặp lại – điều kiện đầu tiên – tất cả hầu như không ảnh hưởng đối với người tham gia. Trong tất cả những điều kiện này, số câu trả lời phù hợp với thiểu số hoặc là bằng không hoặc là gần không. Nói cách khác, không ai bị ảnh hưởng nếu người khác trả lời ngẫu nhiên hay nhất quyết một câu trả lời không chắc.

Điều kiện thứ hai, trong đó người đồng mưu lặp đi lặp lại "xanh trời – xanh lục", tạo ra số trung bình trong 4 trả lời phù hợp trong số 28 câu trả lời, ngụ ý rằng câu trả lời hợp lý, nhất quán từ một thiểu số có ảnh hưởng. Nhưng chính trong các điều kiện thứ tư và thứ 5, câu trả lời tương quan với những biến thể kích thích, thì ảnh hưởng của thiểu số nổi bật nhất. Những điều kiện này tạo ra số bình quân các câu trả lời phù hợp là 5,84 trong số tất cả 28 câu trả lời. Nói cách khác, thiểu số có thể ảnh hưởng đến người tham gia nghiên cứu bằng cách tạo ra những câu trả lời nhất quán phù hợp với kích thích trong một số cách. Ngay cả khi lúc đầu câu trả lời của họ có vẻ không hợp lý nhưng dù sao cũng có ảnh hưởng.

Điều mà nghiên cứu này cho chúng ta biết là tình huống ảnh hưởng nhiều nhất đối với tính nhất quán, khi những gì được phát biểu là câu trả lời nhất quán đối với môi trường. Tính nhất quán khó thấy hơn việc lặp lại đơn thuần cùng một vấn đề – và thực ra, lập trường cứng nhắc có thể là một tài sản cũng như trở ngại tùy vào việc liệu lập trường của đa số có vẻ hợp lý hay không. Sự lặp đi lặp lại có thể tác động nếu điều đang được lặp lại khá hợp lý như trong điều kiện "xanh trời – xanh lục" lặp đi lặp lại. Nhưng nếu sự lặp lại có vẻ mang tính giáo điều và phi lý như trong điều kiện những người đồng mưu cứ khăng khăng rằng màu sắc là màu xanh lục thì không chắc có nhiều ảnh hưởng.

Tính linh động và chủ nghĩa giáo điều

Trong khi điều quan trọng là phải nhất quán, cũng có vẻ rằng thiểu số có tiếp cận linh động đối với vấn đề có thể ảnh hưởng nhiều hơn thiểu số, là những người hoàn toàn nhấn mạnh lập trường của mình theo giáo điều. Nemeth và Brilmayer (1987) nghiên cứu quan điểm này bằng việc yêu cầu nhóm quyết định bồi thường cho nạn nhân bị tai nạn khi trượt tuyết. Nhóm gồm 3 người tham gia nghiên cứu "thực sự" và một người đồng mưu với người thí nghiệm. Trong một điều kiện, người đồng mưu luôn lý lẽ nhất quán với một số lượng rất thấp. Trong các điều kiện khác, người đồng mưu bắt đầu bằng cách lý lẽ một số lượng rất thấp, nhưng sau đó chuyển sang quan điểm đa số, hoặc là vào lúc đầu hoặc vào lúc cuối. Nemeth và Brilmayer nhận thấy những người tham gia nghiên cứu rất có khả năng đứng về phía những nhóm thiểu số nào thay đổi lập trường hơn là những người cứ cứng nhắc trung thành với một quan điểm.

Chứng cứ này được nhiều nhà tâm lý học khác ủng hộ, cũng như qua chứng cứ đời thực. Mặc dù các nhóm thiểu số được cho rằng phải nhất quán theo nghĩa quan điểm và tiếp cận nhưng họ cũng hiệu quả hơn nếu sẵn sàng dàn xếp với đa số. Các nhóm thiểu số cứng nhắc theo Mugny (1982) đánh mất sự ảnh hưởng vì họ bị xem là giáo điều, phi hiện thực và cực đoan. Chẳng hạn Những người bạn trái đất hiệu quả hơn trong việc thay đổi thái độ công nghiệp về ô nhiễm khi bắt đầu làm việc với các nhà tư bản công nghiệp trong việc làm giảm thiểu tổn hại đối với môi trường do ngành công nghiệp gây ra hơn là nhất mực cho rằng chủ nghĩa công nghiệp là một điều xấu, không nên có. Giá trị môi trường mà tổ chức này tán thành luôn nhất quán, nhưng cho thấy họ sẵn sàng dàn xếp diễn đạt những giá trị ấy khi tác động đến các nhà tư bản công nghiệp ra sao, có nghĩa rằng họ có nhiều ảnh hưởng hơn đối với các ngành công nghiệp liên quan.

Phản ứng ẩn đối với ảnh hưởng thiểu số

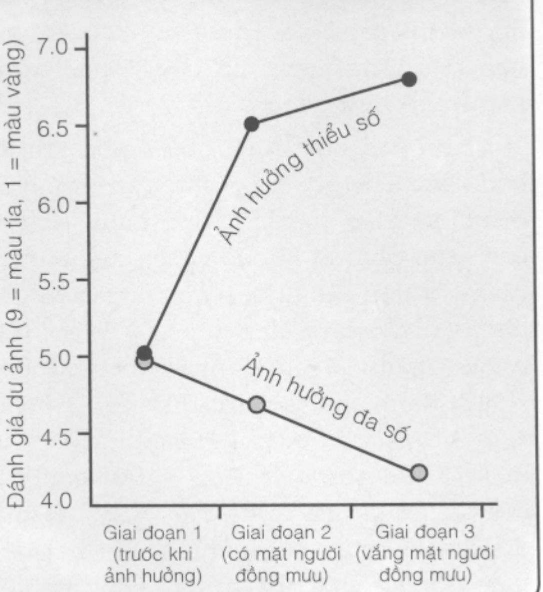
Tuy nhiên có vẻ ảnh hưởng của thiểu số không phải lúc nào cũng biểu hiện trực tiếp. Maass và Clark (1983) tiến hành thí nghiệm trong đó thảo luận về quyền của người đồng tính. Trong mỗi lần thử, đa số bày tỏ một quan điểm (hoặc ủng hộ hoặc phản đối quyền của người đồng tính) trong khi thiểu số luôn có quan điểm đối lập. Maass và Clark đánh giá những người tham gia trả lời ra sao trong những lần thí nghiệm nhưng cũng có những cách đánh giá riêng về thái độ của họ đối với câu hỏi. Khi họ nhận thấy những người đứng về phía đa số trong các thảo luận nhưng cá nhân họ lại thay đổi ý kiến. Khi sau này đánh giá thái độ của họ, những người tham gia cho thấy rằng ý kiến cá nhân đã thay đổi hướng về quan điểm thiểu số cho dù hành vi của họ biểu thị sự nhất trí với đa số.

Không phải lúc nào cũng là quyết định có ý thức. Trong một loạt nghiên cứu khác, Moscovici và Personnaz (1980) nhận thấy ảnh hưởng của các nhóm thiểu số sâu sắc hơn chúng ta thường nghĩ. Để nghiên cứu điều này, họ sử dụng dư ảnh tiêu cực. Nếu nhìn một hình dạng chỉ có một màu trong thời gian dài, sau đó nhìn sang một tờ giấy trắng chúng ta nhận thấy hình dạng xuất hiện trên tờ giấy. Hình dạng giống nhau nhưng có màu trái ngược, điều này gọi là dư ảnh tiêu cực, người ta cho rằng là do tế bào thần kinh bị kích thích quá mức, bù trừ bằng việc tạo ra hiệu ứng trái ngược cho đến khi chúng trở về bình thường (Chương 12). Một hình dạng màu xanh trời đậm sẽ tạo ra dư ảnh có màu vàng trong khi hình dạng màu xanh lục tươi tạo ra dư ảnh có màu tía. Dư ảnh luôn được xem là những quá trình sinh lý, đơn giản. Nhưng nghiên cứu của Moscovici và Personnaz cho rằng điều này không phải như thế.

Các nhà nghiên cứu bắt đầu bằng việc đảm bảo rằng những người tham gia không biết dư ảnh có màu trái với màu kích thích. Trong những nghiên cứu này có một người đồng mưu luôn gọi màu xanh trời là "xanh lục". Tuy nhiên, một nhóm người tham gia nghĩ rằng câu trả lời của người đồng mưu là câu trả lời điển hình của nhiều người (82%) trong khi những người khác chỉ có một thiểu số (18%) xem màu sắc ấy là "xanh lục". Vì thế một số giải thích câu trả lời của người đồng mưu là điển hình cho câu trả lời của thiểu số trong khi những người khác cho đó là câu trả lời của đa số.

Bản thân nghiên cứu theo cùng mẫu như các thí nghiệm "xanh trời – xanh lục" khác, nhưng lần này, cũng như việc đánh giá người tham gia nghiên cứu thực sự nhận xét điều gì, Moscovici và Personnaz yêu cầu họ nhìn vào dư ảnh do kích thích tạo ra. Họ được yêu cầu đánh giá màu sắc theo thang điểm từ 1= màu vàng cho đến 9 = màu tía. Khi người tham gia nhìn thấy phim dương bảng màu xanh trời, họ nhìn vào phim và hô to màu của phim. Đó là giai đoạn một. Sau đó lấy phim đi, người tham gia nghiên cứu viết ra giấy màu của dư ảnh mà họ nhìn thấy. Lần này, người đồng mưu vẫn còn ở đó mặc dù câu trả lời của mỗi người tham gia đều mang tính cá nhân. Đó là giai đoạn hai. Trong giai đoạn ba của cuộc nghiên cứu, người tham gia được cho xem màu xanh trời thêm lần nữa, được yêu cầu đánh giá màu dư ảnh mà họ nhìn thấy. Trong giai đoạn này, người đồng mưu vắng mặt.

Hình 16.5 Ảnh hưởng thiểu số và đa số



Câu trả lời từ nghiên cứu này rất lý thú. Lúc đầu nghiên cứu, tất cả những người tham gia nghiên cứu đánh giá dư ảnh họ nhìn thấy như nhau, và những đánh giá này đều rơi vào khoảng giữa thang điểm. Tất cả đều mô tả màu phim dương bản là "xanh trời", và tất cả đều tiếp tục như thế trong suốt thí nghiệm. Theo nghĩa hành vi hiện, không có biểu thị nào về ảnh hưởng của thiểu số do một người đồng mưu gây ra.

Mặc dù khi đánh giá dư ảnh chính là câu chuyện khác. Khi câu trả lời của người đồng mưu thể hiện quan điểm của đa số thì đánh giá dư ảnh không đổi. Nhưng trong điều kiện khi câu trả lời "xanh lục" của người đồng mưu được xem là tượng trưng cho ảnh hưởng thiểu số thì đánh giá dư ảnh chuyển sang hướng đầu màu tía trên thang điểm. Như Hình 16.5 mô tả, thậm chí họ cực đoan hơn trong điều kiện vắng mặt người đồng mưu.

Những ảnh hưởng này rất nhỏ nhưng cũng quan trọng, được tái khẳng định trong một loạt nghiên cứu khác do Moscovici và Personnaz tiến hành năm 1986. Điều họ ngụ ý là một thiểu số trong một số tình huống thậm chí có ảnh hưởng nhiều hơn đa số – một chứng cứ thật ngạc nhiên, trực tiếp phủ nhận những giả định của hầu hết các nhà nghiên cứu về tính tuân thủ. Một giải thích đối với những chứng cứ nghiên cứu này là ảnh hưởng tạo ra sự tuân thủ hành vi: chúng ta hành động theo đa số, nhưng đa số thực ra không ảnh hưởng nhiều đối với chúng ta. Nhưng ảnh hưởng của thiểu số cho dù không ảnh hưởng đến hành vi nhưng tạo ra sự thay đổi gián tiếp, ẩn trong nhận thức. Có thể điều này ấn định cơ sở thay đổi trong một số độ tuổi sau này.

Quan điểm đa số và thiểu số

Moscovici (1980) cho rằng đa số và thiểu số ảnh hưởng đến chúng ta theo nhiều cách hoàn toàn khác nhau. Chúng ta thụ động chấp nhận quan điểm đa số, không nghĩ về chúng nhiều quá. Nhưng quan điểm thiểu số ngay cả khi chúng ta không chấp nhận cũng bao gồm một số lượng tái cấu trúc nhận thức nhất định. Chúng ta nghĩ về chúng và chúng có ý nghĩa gì, đôi khi có nghĩa rằng sau cùng chúng ta cũng thay đổi thành quan điểm ấy cho dù lúc đầu chúng ta phủ nhận. Điều này cũng ngụ ý rằng sự thay đổi do ảnh hưởng của thiểu số sẽ cần thời gian thể hiện trong hành vi chúng ta lâu hơn sự tuân thủ với đa số. Nhiều nghiên cứu tâm lý học chỉ đánh giá câu trả lời trực tiếp, điều này giải thích một số chứng cứ mâu thuẫn thấy rõ trong chứng cứ thí nghiệm về ảnh hưởng thiểu số.

Bức tranh phát triển từ những nghiên cứu ảnh hưởng thiểu số cho chúng ta biết nhiều vấn đề về nghiên cứu hành vi độc lập. Lúc đầu cho chúng ta biết bối cảnh là quan trọng. Nghiên cứu tính tuân thủ không thể tách rời với bối cảnh văn hóa, xã hội, những người tham gia thí nghiệm trong phòng thí nghiệm đều mang bối cảnh ấy theo cùng. Thật ngây thơ khi cho rằng những người tham gia trong những nghiên cứu như thế đều từ bỏ tất cả kinh nghiệm và hiểu biết xã hội trước đây, trừ phi nghiên cứu được xét như một hoạt động bối cảnh hóa thì chứng cứ nghiên cứu không chắc mang nhiều ý nghĩa.

Nghiên cứu ảnh hưởng thiểu số cũng cho chúng ta biết rằng thật giản dị thái quá khi cho rằng ảnh hưởng được biểu hiện công khai, trực tiếp. Như lịch sử chứng minh, thậm chí quan điểm của thiểu số cực đoan cũng có ảnh hưởng qua thời gian. Phong trào bãi nô là một thiểu số cực đoan trong một thời điểm, nhưng qua thời gian với nỗ lực nhất quán từ những người cam kết với sự nghiệp ấy, quan điểm xã hội thay đổi hoàn toàn cho đến khi những gì được xem là một thiểu số nhỏ trở thành một đa số chi phối. Ảnh hưởng xã hội được một thiểu số sử dụng có thể ẩn không nhìn thấy trong các đánh giá hành vi đơn giản, nhưng dù sao ảnh hưởng này cũng đang hiện hữu.

Trong chương này, chúng ta khảo sát nhiều khía cạnh khác nhau trong tương tác xã hội, con người ảnh hưởng với nhau trong muôn vàn cách, từ sự phục tùng đến giúp đỡ, đến đồng hoạt động và ảnh hưởng của khán giả. Trong chương sau, chúng ta nghiên cứu thái độ của con người đối với nhau và những phương pháp mà nghiên cứu tâm lý học giúp chúng ta tìm hiểu một số mặt tối hơn trong nhân tính: thành kiến và gây hấn.

Từ khóa

Trạng thái tác nhân: Một trạng thái tâm thần do Milgram đưa ra, ông cho rằng sự độc lập và tự chủ, quan trọng nhất, lương tâm bị kiềm nén khi cá nhân hành động như một tác nhân đối với người khác.

Ảnh hưởng của khán giả: Cách mà con người thường hành động khác nhau khi có người khác hiện diện hay quan sát, khác với lúc họ chỉ có một mình, không ai quan sát.

Lãnh đạo độc đoán: Lãnh đạo hành động theo cách độc đoán, ra lệnh và hướng dẫn hành động như không hề quan tâm đến quan điểm của thuộc cấp, không như lãnh đạo dân chủ.

Trạng thái tự chủ: Trạng thái tâm thần do Milgram đưa ra, trong đó cá nhân hành động và suy nghĩ như một cá thể độc lập, tự chủ, và trong đó lương tâm cá nhân hoạt động hoàn toàn. Trong trạng thái này, cá nhân không làm\những việc trái với lương tâm, nhưng trong trạng thái tác nhân họ sẽ làm.

Sự can thiệp của người bàng quan: Vấn đề khi nào và trong những tình huống nào người bàng quan hay những người không liên quan khác có khả năng giúp đỡ những người như thể đang cần sự giúp đỡ.

Sự bất đồng nhận thức: Sự căng thẳng được tạo ra do mất cân bằng nhận thức – có suy nghĩ trực tiếp mâu thuẫn với nhau. Giảm bớt bất đồng nhận thức được chứng minh là yếu tố trong một số hình thức thay đổi thái độ.

Sự làm mất cá tính: Quan điểm cho rằng những người nổi loạn và những loại hành vi quần chúng khác có thể giải thích theo nghĩa loại "tâm lý học đám đông" trong đó sự nặc danh được tạo ra do thiếu những yếu tố nhận dạng cá nhân là nguyên nhân khiến con người từ bỏ những khía cạnh cá nhân khác chẳng hạn như lương tâm, suy nghĩ thận trong, v.v..

Lãnh đạo dân chủ: Lãnh đạo ra quyết định chỉ sau khi bàn bạc với thuộc cấp và thảo luận vấn đề với họ.

Phân tán tác động: Nhận xét rằng người bàng quan ít có khả năng can thiệp, giúp đỡ một người nếu có nhiều người khác có mặt, những người này chắc chắn cũng có khả năng giúp đỡ tương đương.

Phân tán trách nhiệm: Quan điểm cho rằng con người ít có khả năng can thiệp, giúp người khác, những người có vẻ cần được giúp đỡ, nếu những người khác đang có mặt (xem phân tán tác động) vì họ xem trách nhiệm đang được những người có mặt chia sẻ, vì thế cho rằng mình có trách nhiệm ít hơn.

Sự phân cực nhóm: Nhận xét rằng con người khi làm việc trong nhóm thường ra quyết định cực đoan hơn thành viên của một nhóm chẳng hạn như các cá thể. Những quyết định như thế có thể cực đoan hơn theo hai hướng: hoặc rủi ro hoặc bảo thủ nhiều hơn.

Trạng thái xu thế cao: Một trạng thái trong đó xu thế cụ thể được cho rằng rất mạnh – nói cách khác, giải thích thuyết xu thế khi nào cá nhân được thúc đẩy mạnh để làm một việc gì đó.

Sự không biết đa nguyên: Cách mà một nhóm người thường định nghĩa một tình huống trong cách giống như tất cả họ có vẻ không biết rằng một số tình huống khẩn cấp hay sự kiện khác đòi hỏi sự chú ý, đang diễn ra.

Hiện tượng thay đổi rủi ro: Hình thức phân cực nhóm bao gồm nhận xét rằng một số người khi hành động trong tư cách thành viên một nhóm hay ủy ban thường ra quyết định rủi ro hơn khi họ hành động như những cá thể.

Sự tạo điều kiện xã hội: Nhận xét rằng sự có mặt của người khác ảnh hưởng đến việc họ thực hiện một nhiệm vụ tốt đến mức nào, thường cải thiện hoạt động của họ.

Sự lười nhác xã hội: Khuynh hướng nhận thấy trong một số tình huống đối với cá nhân dành ít nỗ lực cho công việc của nhóm hơn là họ dành cho công việc tương tự nếu thực hiện một mình.

Tóm tắt

1. Nghiên cứu sự đồng hoạt động và ảnh hưởng của khán giả cho thấy sự có mặt của người khác ảnh hưởng đáng kể đến những việc họ đang làm. Lười nhác xã hội có thể xảy ra khi nỗ lực được chia sẻ không có sự nhận biết cá nhân. Đánh thức, xu thế và xao lãng được xem là lời giải thích ảnh hưởng của khán giả.
2. Vai trò xã hội là những ảnh hưởng quan trọng trong hành vi cá nhân lẫn hành vi nhóm. Một giải thích đối với sự phân cực nhóm là thành viên trong nhóm chấp nhận lập trường mà họ nghĩ rằng giới thiệu họ theo cách có lợi nhất đối với người khác.
3. Nghiên cứu sự lãnh đạo tập trung vào các loại lãnh đạo, cách lãnh đạo khác nhau, và quan điểm cho rằng lãnh đạo hiệu quả là phải kiểm soát sự mong đợi và giá trị của đội ngũ
4. Nghiên cứu tính tuân thủ cho thấy con người thường tuân thủ trước áp lực của nhóm hơn là khẳng định đánh giá cá nhân ngay cả khi họ biết rằng nhóm sai lầm.
5. Nghiên cứu sự phục tùng của Milgram cho thấy nhiều người hành động độc ác khi được lệnh làm thế. Milgram cho rằng những người trong hệ thống thứ bậc chấp nhận "trạng thái tác nhân" trong đó lương tâm cá nhân của họ bị kiềm chế.
6. Con người thường hành động giúp đỡ người khác. Sự can thiệp của người bàng quan chịu ảnh hưởng mạnh của

định nghĩa tình huống, sự không biết đa nguyên và phân tán trách nhiệm ở cá nhân.

7. Nghiên cứu sự chống đối cho thấy kinh nghiệm quá khứ hay sự vận dụng hiển nhiên, có thể đưa con người chống đối uy quyền theo lương tâm của họ. Sự chống đối như thế thường bao gồm những mức độ căng thẳng cao trước đây nhưng cũng điềm tĩnh khi tiến hành chống đối.
8. Nghiên cứu ảnh hưởng của thiểu số chứng minh rằng tính nhất quán và sự hợp lý đều là những ảnh hưởng quan trọng đối với đánh giá của con người. Thiểu số cũng có ảnh hưởng ẩn hay chậm trễ về thời gian.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả vắn tắt nghiên cứu phân cực nhóm.
2. Các yếu tố chính trong ảnh hưởng thiểu số là gì?
3. Hãy phác họa lý thuyết phục tùng của Milgram.

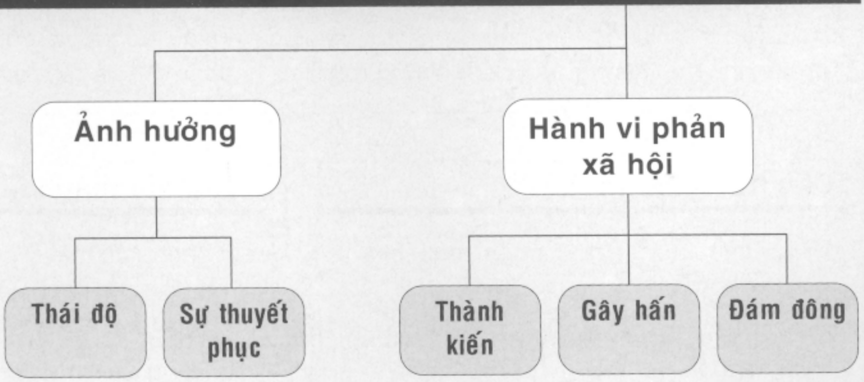
Câu hỏi thảo luận

1. Chứng cứ tâm lý học đối với quan điểm cho rằng hành vi do sự có mặt của người khác quyết định là chứng cứ gì?
2. Trong tình huống nào con người tuân thủ uy quyền và trong tình huống nào con người chống đối?
3. Đặc điểm phân biệt sự lãnh đạo thành công là đặc điểm gì?

chương

17

Thái độ, thành kiến và hành vi đám đông



Đối tượng nghiên cứu

17.1. Thái độ và giá trị

a. Nhận dạng các đặc điểm phân biệt của thái độ

b. Phân biệt giữa thái độ và giá trị

c. Liệt kê các chức năng chính của thái độ

17.2. Các khía cạnh thái độ

a. Phân biệt giữa ba khía cạnh thái độ

b. Phác họa thuyết hành động hợp lý

c. Đánh giá nghiên cứu thái độ và hành vi

17.3. Lý thuyết thái độ

a. Phác họa các quá trình cân bằng nhận thức

b. Nhận dạng minh họa cơ chế đánh giá xã hội

c. Mô tả nghiên cứu đánh giá xã hội qua thái độ

17.4. Sự thuyết phục

a. Phác họa các yếu tố ảnh hưởng đến sự thuyết phục

b. Phác họa quá trình bất đồng nhận thức

c. Mô tả nghiên cứu sự thuyết phục

17.5. Thành kiến

a. Mô tả nghiên cứu thành kiến

b. Đánh giá những giải thích thành kiến khác nhau

c. Phác họa các quá trình xã hội và nhận thức làm cơ sở cho thành kiến

17.6. Nguyên tắc thành kiến dân tộc

a. Liệt kê các nguyên tắc thành kiến dân tộc

b. Mô tả nghiên cứu minh họa các nguyên tắc thành kiến

c. Đánh giá nghiên cứu thành kiến dân tộc

17.7. Lý thuyết gây hấn

a. Phác họa các lý thuyết gây hấn chính

b. Mô tả nghiên cứu gây hấn

c. Áp dụng mô hình gây hấn vào minh họa thường nhật

17.8. Đám đông

a. Mô tả nghiên cứu hành vi đám đông hay sự làm mất cá tính

b. Đánh giá tiếp cận làm mất cá tính đối với hành vi đám đông

c. Nhận dạng các chiến lược làm giảm thiểu hành vi gây hấn ở đám đông

Trong chương này, chúng ta nghiên cứu thái độ và quan điểm ở con người ảnh hưởng đến hành động đối với người khác ra sao. Chúng ta cũng khảo sát quá trình thuyết phục: làm cách nào để thuyết phục người khác chấp nhận một thái độ khác hay hành động theo một cách khác? Chúng ta tiếp tục khảo sát những thái độ cố định mà chúng ta gọi là thành kiến, và thay đổi thành kiến này ra sao. Chương này kết thúc bằng việc nghiên cứu các lý thuyết gây hấn, và cách khác nhau mà các nhà tâm lý học áp dụng khi nghiên cứu hành vi đám đông.

THÁI ĐỘ

Thái độ là gì? Mở đầu phần này có giá trị khi mở đầu đoạn bằng cách điểm qua một số định nghĩa khác nhau của giới nghiên cứu. Năm 1935, Allport định nghĩa thái độ là: *"một trạng thái sẵn sàng về tâm thần và thần kinh, được sắp xếp qua kinh nghiệm, sử dụng ảnh hưởng mang tính hướng dẫn hay động lực trong phản ứng của cá nhân đối với mọi đối tượng và tình huống có liên quan"*. Các nhà nghiên cứu khác định nghĩa thái độ theo nhiều cách khác. Rokeach (1948) định nghĩa thái độ là: *"một định hướng hay tùy ý sử dụng được tập quen tạo ra một khuynh hướng phản ứng có lợi hay bất lợi đối với đối tượng hay tình huống"*.

Một trở ngại trong những định nghĩa hàn lâm là phải cố gắng tính đến mọi minh họa có thể về vấn đề đang định nghĩa. Khi giải quyết thuật ngữ và tư tưởng chúng ta sử dụng trong đời sống hàng ngày, đôi khi điều này ít nhiều khó hiểu. Quan điểm lý thuyết về nhân tính do chúng ta chọn cũng ảnh hưởng đến cách định nghĩa vấn đề đang được đề cập. Chẳng hạn, các nhà nghiên cứu chọn lập trường theo thuyết hành vi nhiều hơn khi mô tả thái độ là *"thiên hướng hành động trong nhiều cách"*. Cũng như với nhiều lĩnh vực nghiên cứu khác trong tâm lý học, thật khó đưa ra định nghĩa chính xác về "thái độ", mặc dù hầu hết các nhà nghiên cứu có vẻ phát triển vấn đề họ đang nghiên cứu thích đáng!

THÁI ĐỘ VÀ GIÁ TRỊ

Reich và Adcock (1976) cho rằng điều quan trọng là phải phân biệt thật rõ ràng giữa thái độ và **giá trị.** Mặc dù một số lý thuyết gia cho rằng chúng thực ra là vấn đề như nhau nhưng chúng ta thường xem thái độ bao quát hơn, đôi lúc ít mang tính cá nhân hơn giá trị. Thái độ giống như sự phối hợp niềm tin và giá trị với nhau. Nhưng cũng khó đưa ra định nghĩa chắc chắn về giá trị cũng như đối với thái độ. Rokeach (1973) định nghĩa giá trị là: *"một niềm tin lâu bền cho rằng một loại hạnh kiểm cụ thể hay trạng thái cuối cùng của sự tồn tại được cá nhân hay xã hội ưa thích hơn một loại hạnh kiểm hay trạng thái sau cùng của sự tồn tại đối lập hay trái ngược"*, có lẽ gần với định nghĩa chúng ta có thể chấp nhận.

Có nhiều điều đáng lưu ý về định nghĩa này. Thứ nhất, Rokeach mô tả giá trị có tính "lâu bền" – kéo dài trong thời gian dài. Điều này rất quan trọng. Cho rằng "loại hạnh kiểm" được cho là có giá trị, có thể liên quan đến cách hành xử cụ thể (chẳng hạn, điều quan trọng không được ích kỷ hay tử tế). Rokeach mô tả giá trị này như **giá trị công cụ.** "Trạng thái sau cùng của sự tồn tại" có nghĩa là giá trị liên quan đến một số loại mục tiêu (chẳng hạn như mục tiêu thế giới hòa bình). Rokeach gọi giá trị này là **giá trị đầu cuối.** Một số giá trị đối với chúng ta mang tính riêng tư trong khi các giá trị khác quan trọng đối với xã hội nhiều hơn: chẳng hạn, một người đặc biệt không quan tâm đến việc ăn mặc chỉnh tề nhưng sẽ gặp rắc rối khi ăn mặc luộm thuộm vì bị xã hội đánh giá.

Chức năng của giá trị và thái độ

Rokeach cho rằng giá trị phục vụ hai chức năng chính. Thứ nhất giá trị phục vụ như

tiêu chuẩn, cho phép chúng ta cân nhắc hành vi, và quyết định điều gì đáng giá hay đáng khiển trách. Chức năng thứ hai là giá trị **thúc đẩy** hành vi của chúng ta – chúng ta cố gắng sống theo giá trị, hành động phù hợp nếu có thể. Vì thế giá trị có ảnh hưởng rất trực tiếp đối với thái độ. Mặc dù chúng trừu tượng hơn nhưng hoạt động như tiêu chuẩn và động cơ thúc đẩy nền tảng, có nghĩa rằng thái độ của chúng ta đối với đối tượng hay quan điểm cụ thể thường được xem là có liên quan đến giá trị chúng ta đang có.

Katz (1960) lập luận rằng thái độ phục vụ 4 chức năng khác nhau liệt kê trong Bảng 17.1, ngụ ý rằng một số thái độ của chúng ta rất giống với cái tôi bên trong, chắc chắn chúng ta phản đối việc thay đổi chúng trong khi giá trị khác "tùy chọn" nhiều hơn và có thể thay đổi.

Tương tự, Smith, Bruner và White (1956) cho rằng có 3 chức năng khác của thái độ. Thứ nhất là **đánh giá đối tượng.** Thái độ giúp chúng ta đánh giá những đặc điểm khác nhau của môi trường sao cho biết cách hành động đối với chúng. Nếu bạn là một nhà môi trường học chẳng hạn, không chắc bạn ấn tượng trước những quảng cáo ô tô mới, vì thế có lẽ bạn không chú ý nhiều đến chúng. Thái độ giúp kinh nghiệm trước đây định hướng phản ứng của chúng ta sao cho chúng ta không phải trải qua quá trình tập quen nên phản ứng ra sao vào mỗi thời điểm. Vì chúng ta phát triển một thái độ tích cực đối với vấn đề đã tìm thấy lợi ích trong quá khứ hay một thái độ tiêu cực đối với vấn đề chúng ta nhận thấy là có hại, ngay lập tức chúng ta hiểu liệu có nên tiếp cận vấn đề hay tránh nó.

Bảng 17.1 Chức năng thái độ

Chức năng hiểu biết	Thái độ làm kinh nghiệm có ý nghĩa.
Chức năng điều chỉnh hay hiệu dụng	Có một số thái độ nào đó giúp chúng ta dễ được xã hội chấp nhận hơn, do đó giúp chúng ta tương tác xã hội.
Chức năng diễn đạt giá trị	Giúp chúng ta diễn đạt những gì mình trải qua như các khía cạnh tích cực hơn trong "cái tôi bên trong" của chính mình.
Chức năng bảo vệ cái tôi	Giúp chúng ta phòng thủ bảo vệ động cơ và suy nghĩ tiềm thức.

Nguồn: Katz, 1960

Chức năng khác của thái độ là **điều chỉnh xã hội.** Có một số thái độ này hơn là một số thái độ khác giúp chúng ta đồng nhất hay sát nhập với các nhóm xã hội cụ thể. Có cùng thái độ như các thành viên khác của một nhóm xã hội cụ thể là cách nhấn mạnh bạn giống họ nhiều đến mức nào, vì thế cũng xác định vị trí của chính bạn trong xã hội. Nói cách khác, có thái độ cụ thể giúp quá trình đồng nhất xã hội.

Smith, Bruner và White nhận dạng chức năng thứ 3 của thái độ mà họ gọi là **ngoại hiện hóa.** Chức năng này liên quan đến cách chúng ta làm động cơ thúc đẩy bên trong, tiềm thức phù hợp với những gì đang diễn ra quanh mình. Họ cho rằng thái độ giúp chúng ta biểu lộ ra sự lo sợ hay lo âu bên trong. Chẳng hạn, nếu chúng ta đang có sự lo sợ bên trong quá dính líu với một người, thì biểu hiện sự lo sợ ấy bằng thái độ yếm thế đối với mối quan hệ thân mật nói chung. Nói cách khác, chúng ta xem đối tượng bên ngoài như thể chúng liên quan với vấn đề bên trong – mặc dù Smith, Bruner và White nhấn mạnh rằng đây là quá trình tiềm thức chứ không phải quá trình ý thức.

Smith, Bruner và White cho rằng một lý do giải thích tại sao thái độ thường khó thay đổi, vì một thái độ đã định bất kỳ phục vụ một chức năng bất kỳ trong số những chức năng này hay thậm chí sự phối hợp 2, 3 chức năng. Họ lập luận, nói chung chúng ta cố tìm hiểu thế giới tốt hơn, vì thế thay đổi thái độ khi kinh nghiệm gia tăng. Nhưng một số thái độ phản đối sự thay đổi vì chúng phục vụ chức năng cá nhân đối với chúng ta.

Điều này cũng ngụ ý chúng ta sẽ cố thay đổi thái độ bằng cách nào, ngụ ý rằng một số thái độ mang tính trung tâm nhiều hơn – phục vụ nhiều chức năng riêng cho cá nhân hơn những thái độ khác, con người thường giữ những thái độ này. Vì thế sẽ hiệu quả hơn khi cố gắng thay đổi thái độ ngoại vi hơn là thái độ trung tâm. Cũng như tốt hơn nên thay đổi thái độ mỗi lần một ít sao cho cá nhân không phải đối phó với quá nhiều sự chia rẽ cùng một lúc, và không bảo vệ được vì chúng quá căng thẳng hay lo âu, vì thế ngụ ý khác của mô hình Smith, Bruner và White là con người có khả năng thay đổi thái độ của mình nhiều hơn khi họ an toàn, thoải mái chứ không phải lúc bị đe dọa hay tấn công.

THÁI ĐỘ VÀ HÀNH VI

Một trong những mô hình đầu tiên về nhân cách con người có từ thời Hy Lạp cổ đại là quan điểm cho rằng, tâm thần con người gồm 3 lĩnh vực cơ bản: lĩnh vực nhận thức, ý muốn và xúc cảm (xem Bảng 17.2). Một phép ẩn dụ dùng để mô tả điều này là người đánh xe ngựa và hai con ngựa: lực tạo ra sức mạnh thay đổi tinh thần con người là lĩnh vực ý muốn và xúc cảm, người đánh xe ngựa điều khiển ngựa là lĩnh vực nhận thức. Đây là phép ẩn dụ thú vị mặc dù không phù hợp cho lắm với phần lớn các lý thuyết nhân cách mà chúng ta nghiên cứu trong Chương 7.

Bảng 17.2 Các lĩnh vực tâm thần ở con người

Lĩnh vực nhận thức	Đây là bộ phận suy nghĩ, lý lẽ của cá nhân.
Lĩnh vực ý muốn	Liên quan đến mong muốn và dự định của cá nhân.
Lĩnh vực xúc cảm	Liên quan đến cảm nghĩ và cảm xúc.

Quan điểm các lĩnh vực nhận thức, ý muốn và xúc cảm trong tâm thần con người hoạt động cùng với lý thuyết thái độ. Thái độ được xem là có 3 khía cạnh: khía cạnh nhận thức gồm lý lẽ và giải thích lý do tại sao con người có một thái độ cụ thể, khía cạnh xúc cảm gồm cách con người suy nghĩ về thái độ của mình, khía cạnh hành vi hay ý muốn liên quan đến khả năng chúng ta phải tác động đối với thái độ mình đang có ra sao.

Chúng ta nhận thấy 3 khía cạnh này phối hợp với nhau khi xét chúng trong mối quan hệ với một thái độ cụ thể – chẳng hạn thái độ đối với việc ăn sâu bướm. Thành phần nhận thức trong thái độ này có thể là suy nghĩ cho rằng việc ăn sâu bướm không có lợi cho sức khỏe hay có khả năng gây hại hay bất cứ loại gì làm cho bạn có vẻ bất thường đối với người khác. Thành phần xúc cảm là cảm giác ghê tởm hay buồn nôn khi nghĩ đến chuyện ăn như thế, thành phần ý muốn là khả năng bạn ăn sâu bướm ra sao nếu có người yêu cầu hay bạn có thể từ chối như thế nào.

Suy luận khía cạnh thái độ

Rosenberg và Hovland (1960) cho rằng các khía cạnh khác nhau của một thái độ có thể suy luận từ nhiều dấu hiệu khác nhau. Chẳng hạn, khía cạnh nhận thức của một thái độ thường được báo hiệu bằng những gì một người phát biểu. Khía cạnh xúc cảm có thể đánh giá từ mô tả bằng lời cảm nghĩ của một người, hay từ phản ứng sinh lý của họ đối với đối tượng, hay từ thể hiện trên nét mặt, bộ dạng hay những hình thức giao tiếp không bằng lời khác (xem Chương 15).

Chẳng hạn, con ngươi của chúng ta thường mở rộng khi nhìn một vật hay người mà chúng ta thích, vì thế đánh giá sự mở rộng của con ngươi cho chúng ta biết một người có thích đồ vật nào đó hay không. Khía cạnh hành vi có thể đánh giá bằng cách quan sát con người thực sự có hành vi đối với đồ vật cụ thể ra sao.

Một trong những vấn đề trong mô hình Rosenberg và Hovland là người ta thường không hành động theo cách nhất quán với thái độ của mình. Nghiên cứu nổi tiếng của LaPière năm 1934 chứng minh điều này rất rõ ràng. LaPière đi khắp nước Mỹ cùng với một đôi vợ chồng Trung Hoa thuộc giai cấp trung lưu, vào thời điểm có nhiều thành kiến phân biệt chủng tộc đáng kể nhắm vào người Hoa. Họ đã đến 250 khách sạn và nhà hàng, chỉ bị từ chối phục vụ có một lần. LaPière báo cáo rằng trong tất cả trường hợp khác, họ nhận được sự phục vụ cực kỳ ân cần. Tuy nhiên, sau đó LaPière gởi bảng câu hỏi đến chủ nhân của từng khách sạn, nhà hàng họ đã đến, 92% đều trả lời họ không tiếp khách người Hoa. Điều này là sự biểu thị rõ ràng rằng con người không hành động nhất quán khi diễn đạt thái độ của mình.

Dĩ nhiên, cũng có vấn đề trong những kết luận này. Một trong số này là chúng ta không biết về **quy kết** của những người chủ khách sạn khi nhận bảng câu hỏi. Vì thời điểm ấy thái độ bài Hoa thịnh hành, họ nghĩ rằng thể hiện tình cảm phóng khoáng hơn sẽ mất khách hàng. Do đó, họ không sẵn sàng tham gia sự đối đầu giữa cá nhân với nhau khi đôi vợ chồng đang đứng trên bệ cửa, nhưng thích can ngăn người Hoa đừng đến những nơi ấy bằng cách phát biểu trong bảng câu hỏi rằng họ không được hoan nghênh.

Thái độ riêng đối với thái độ chung

Khả năng có thể khác là chủ khách sạn và nhà hàng sẵn sàng thể hiện thành kiến chống lại người Hoa nói chung, nhưng nhận thấy họ hoàn toàn đáng mến, hay không phản đối ở bất kỳ mức độ nào, đối với đôi vợ chồng trong nghiên cứu của LaPière. Có vài nghiên cứu khác chứng minh sự không thống nhất như thế giữa thái độ ở con người và cách họ hành động.

Eiser (1979) cho rằng đây là nhược điểm quan trọng trong nghiên cứu sự không thống nhất thái độ/ hành vi. Thông thường, nghiên cứu trong lĩnh vực này đánh giá thái độ nói chung. Nhưng sau đó, so sánh thái độ với những hình thức hành vi rất cụ thể. Đôi vợ chồng người Hoa trong nghiên cứu thuộc giai cấp trung lưu, ăn mặc chỉnh tề, đi cùng với một người bạn Mỹ không phải người Hoa. Điều này có nghĩa không hẳn là điển hình của "người Hoa" theo suy nghĩ rập khuôn mà những người chủ khách sạn thường nghĩ khi trả lời bảng câu hỏi.

Trong một phân tích đối chứng nghiên cứu thái độ và hành vi, Ajzen và Fishbein (1977) đánh giá 109 nghiên cứu thể hiện sự khác nhau giữa thái độ mà con người biểu hiện và hành vi họ thể hiện trong thực tế (Khung 17.1 mô tả một số kỹ thuật chính để đánh giá thái độ). Ajzen và Fishbein chứng minh rằng 54 cuộc nghiên cứu đánh giá thái độ chung, sau đó tính (thất bại đáng kể) sử dụng những thái độ này để dự đoán hành động cụ thể ở những người tham gia nghiên cứu. Dĩ nhiên, điều này chừa lại 55 cuộc nghiên cứu có vẻ thể hiện sự không thống nhất giữa thái độ và hành vi nhưng cũng cho thấy có lẽ vấn đề nói chung không dứt khoát.

Vấn đề chủ ý

Fishbein (1963) cho rằng không phải thái độ quyết định cách con người hành động mà do **chủ ý** giúp họ hình thành. Chủ ý hành vi, theo Fishbein là do sự phối hợp của 3 yếu tố khác nhau, trong đó thái độ của cá nhân đối với việc thực hiện hành vi thích hợp chỉ là một. Yếu tố thứ hai phải tính đến là những gì con người nghĩ

Khung 17.1 Đánh giá thái độ

Nhiều nghiên cứu cho quan điểm đánh giá thái độ là mặc nhiên. Có nhiều kỹ thuật khác nhau được đề xuất. Dưới đây mô tả 4 minh họa khác nhau:

Thang điểm Likert

Trong hình thức sau cùng này, **thang điểm Likert** là thang điểm 5 dùng để giúp cá nhân thể hiện họ đồng ý hay bất đồng một phát biểu cụ thể nhiều đến mức nào, chẳng hạn như:

"Tôi nghĩ rằng vấn đề sinh thái là những vấn đề quan trọng nhất mà hiện nay con người phải đối mặt"

đồng ý – đồng ý – không biết – bất đồng – bất đồng
kiên quyết   kiên quyết

Thang điểm Likert có lợi thế là không mong đợi câu trả lời có/ không đơn giản ở người trả lời, mà đúng ra cho phép mức độ ý kiến quyết định hay thậm chí không có ý kiến.

Khác biệt ngữ nghĩa

Do Osgood (1952) phát triển, **khác biệt ngữ nghĩa** yêu cầu người trả lời đánh giá một số khía cạnh chẳng hạn như:

Thân thiện

vuông góc - - - - - - - - - - - - tròn
yếu - - - - - - - - - - - - - - - - - mạnh
thô - - - - - - - - - - - - - - - - - nhẵn
chủ động - - - - - - - - - - - - - bị động
nhỏ - - - - - - - - - - - - - - - - - lớn
lạnh - - - - - - - - - - - - - - - - nóng
tốt- - - - - - - - - - - - - - - - - - xấu
căng thẳng - - - - - - - - - - - - thoải mái
ướt - - - - - - - - - - - - - - - - - khô
tươi - - - - - - - - - - - - - - - - - ươn

Vì thế, khác biệt ngữ nghĩa miêu tả một nỗ lực đánh giá các sắc thái cảm xúc và liên tưởng của một thái độ – ý nghĩa ý muốn của thái độ – hơn là tìm hiểu nghĩa đen (bao hàm). Như thế mô hình này cố gắng nắm bắt thái độ con người sâu sắc hơn là thang điểm đánh giá theo quy ước.

So sánh quan hệ xã hội

Phương pháp đánh giá thái độ này do Moreno phát triển năm 1953 có thể sử dụng với một nhóm "tự nhiên" bất kỳ. Mỗi thành viên nhóm được yêu cầu đặt tên cho nhau, hoặc như một người bạn hoặc như một đối tác ưa thích đối với một số hoạt động, từ đó, phác họa **biểu đồ so sánh xã hội,** các nhóm bạn được lập thành biểu đồ. Trong biểu đồ so sánh xã hội, cá nhân được tượng trưng thành những vòng tròn bên trong có chữ để cho biết vòng tròn nào tượng trưng cho người nào. Sau đó tiến hành lựa chọn bằng cách vẽ thành các mũi tên nối những vòng tròn này. Mỗi mũi tên phát xuất từ người ra lựa chọn cụ thể, và hướng đến người mà họ chọn. Biểu đồ sau cùng cho biết thành viên nào trong nhóm được ưa thích nhất hay những lãnh đạo tự nhiên, và cũng cho biết thành viên nào trong nhóm bị xã hội cô lập.

Thang khoảng cách xã hội Bogardus

Đây là cách đánh giá thành kiến phân biệt chủng tộc và những hình thức khác trong thành kiến dân tộc. Gồm một loạt các câu trần thuật mô tả "khoảng cách xã hội" nhận thấy giữa người có thái độ được chọn và nhiều nhóm xã hội khác nhau. Qua điều này, thang điểm biểu thị mối quan hệ mà cá nhân chấp nhận được. Đối với mỗi nhóm xã hội được hỏi về thang điểm, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đánh dấu kiểm hay dấu chéo đối với nhiều câu trần thuật, chẳng hạn:

Bác sĩ

Thừa nhận quan hệ bà con gần bằng hôn nhân

Thừa nhận tư cách công dân ở quốc gia của tôi

Trục xuất khỏi quốc gia của tôi

Thừa nhận con phố của tôi như những người láng giềng

Kết quả của thang điểm này chủ yếu sử dụng nhận dạng thái độ thành kiến theo một hình thức này hay hình thức khác.

Vấn đề đánh giá thái độ

Như có thể nhận thấy, mỗi phương pháp đánh giá thái độ trong số này đều có hạn chế cũng như ưu điểm. Đánh giá thái độ là một việc làm khó khăn vì nhiều lý do. Một trong số này là vấn đề **thành kiến trả lời:** hầu hết thang điểm thái độ đều khá rõ ràng đối với người trả lời, người ta chỉ thận trọng tìm cách giới thiệu mình sao cho xã hội chấp nhận. Chẳng hạn, có một số chứng cứ cho thấy con người sẽ đưa ra những câu trả lời khác nhau đối với người đặt câu hỏi da trắng hay da đen, nếu họ được hỏi về thái độ xã hội trong cuộc khảo sát. Một số trắc nghiệm thái độ bao gồm "thang điểm nói dối" để phát hiện thành kiến đáng mong muốn trong xã hội nhưng đôi khi trắc nghiệm này hoàn toàn không thực tế.

Nguồn thành kiến phổ biến khác là cách đôi khi con người trả lời nhất quán bất kể câu hỏi là gì. Chẳng hạn, có khuynh hướng nổi bật đối với người trả lời thường chọn trả lời "có" hơn là "không": vì thế cách diễn đạt câu hỏi cũng làm cho câu trả lời nhận được khác hẳn nhau. Trong trường hợp thang điểm thái độ, người ta thường "đồng ý" hơn là "bất đồng", có nghĩa thang điểm phải được thiết kế cẩn thận để cân bằng số câu hỏi.

Về cơ bản, thang điểm thái độ có 3 giả định cơ bản:

(1) Thái độ có thể diễn đạt bằng phát biểu bằng lời.

(2) Cùng phát biểu có nghĩa như nhau đối với mọi người tham gia.

(3) Thái độ khi được diễn đạt dưới hình thức phát biểu bằng lời có thể đánh giá và biểu thị số lượng.

Mỗi phát biểu trong số này gây nhiều tranh cãi hơn thực chất. Chẳng hạn chúng ta đã thấy những gì con người phát biểu không tương ứng với những gì họ làm trong thực tế. Trong Chương 7, khi nghiên cứu thuyết xây dựng cá nhân, chúng ta nhận thấy con người cùng một từ hay phát biểu như nhau nhưng hiểu hoàn toàn khác nhau, tùy vào cách hiểu thế giới của chính mình. Một số nhà nghiên cứu (như Sherrard, 1997) cho rằng cách nắm bắt ý nghĩa thái độ thực tế nhất là phải xét thái độ về chất lượng chứ không phải cố gắng giảm bớt chúng thành một loạt các con số vô nghĩa.

về người khác mong đợi họ nên làm trong tình huống cụ thể ấy. Chẳng hạn họ nghĩ rằng sẽ được xã hội chấp nhận nhiều hơn khi hành động theo cách khác với thái độ của mình. Và yếu tố thứ 3 là cá nhân có động cơ thúc đẩy mạnh đến mức nào khi tuân thủ những tiêu chuẩn này: họ muốn có vẻ "liều lĩnh" hay không theo quy ước chẳng hạn, hay họ phải có giá trị cá nhân thật quả quyết có nghĩa họ không nghĩ rằng có thể tránh được hành động trong một số cách nào đó.

Chẳng hạn, nếu một người không thích mèo, nhưng khi đi thăm hàng xóm suy nghĩ rằng mình phải vuốt ve con mèo của hàng xóm, và cũng cho rằng hàng xóm sẽ khó chịu nếu họ không làm như thế, sau đó có thể họ sẽ vuốt ve con mèo, mặc dù khá miễn cưỡng và có lẽ trong thời gian không lâu. Chỉ riêng thái độ không dự đoán được hành vi vì thái độ là sự phối hợp của tất cả 3 yếu tố: không chỉ vuốt ve con mèo mà còn hành động theo cách được xã hội chấp nhận và tránh đối đầu.

Mô hình này cũng hỗ trợ cho quan điểm chúng ta không chọn cách tuân thủ những mong đợi của người khác đối với mình. Vì thế, chẳng hạn, nếu cá nhân được mô tả tự hào là một người không tuân thủ, hay muốn làm cho hàng xóm của mình ngạc nhiên khi hành động không thể đoán trước, thì họ sẽ không vuốt ve con mèo. Thái độ tiêu cực và động cơ thúc đẩy không tuân theo mong đợi có nhiều tác dụng hơn mong đợi xã hội. Một người rất kiên quyết trong việc từ chối không tuân theo mong đợi xã hội kết thúc bằng cách lảng tránh hay từ chối làm những việc mà thực ra họ cảm thấy hoàn toàn thích thú!

LÝ THUYẾT HÀNH ĐỘNG HỢP LÝ

Ajzen và Fishbein (1980) phát triển **lý thuyết hành động hợp lý,** trên cơ sở giả định rằng con người thường hành xử theo cách nhạy cảm, tính đến thông tin và cân nhắc ngụ ý trong hành động của mình. Do đó, lý thuyết cho rằng phát biểu chủ ý mang tính thông tin nhiều hơn thái độ trong việc dự đoán liệu con người sẽ hành động theo một cách nào đó hay không.

Ajzen, Tinko và White (1982) thu thập một loạt các đánh giá về thái độ từ một nhóm sinh viên trong việc hút cần sa. Họ cũng yêu cầu sinh viên dự đoán theo thang điểm 7, trong vài tuần tới khả năng hút cần sa như thế nào. Sau thí nghiệm 4 tuần, tập hợp sinh viên lại và hỏi xem trong thời gian ấy họ có hút hay không. Thái độ của sinh viên tương quan với hành vi thực tế với điểm số 53, nhưng đánh giá chủ ý của họ tương quan ở mức 72, nghĩa là lớn hơn rất nhiều (trong Chương 6 có giải thích về hệ số tương quan nhưng nguyên tắc, con số càng gần với +1 hay –1 thì mối quan hệ giữa hai biến số mạnh hơn).

Các nguồn chủ ý

Thế chủ ý xuất phát từ đâu? Chủ ý trong mô hình của Ajzen và Fishbein xuất phát từ sự kết hợp hai yếu tố cơ bản. Thứ nhất là thái độ của cá nhân đối với hành vi, trái với thái độ của họ đối với đối tượng hay quan điểm. Thứ hai là nhận thức áp lực xã hội của cá nhân phải thực hiện hay không thực hiện hành động, điều này gọi là **tiêu chuẩn chủ quan.** Nói cách khác, trong mô hình của Ajzen và Fishbein, chúng ta chủ ý thực hiện một hành vi nếu chúng ta đánh giá nó là tích cực, và nếu nghĩ rằng hành vi ấy được xã hội chấp nhận nên chúng ta tiến hành.

Thái độ mà chúng ta phát triển hướng đến một hành vi chủ yếu phát xuất từ suy nghĩ của chính mình trên cơ sở kinh nghiệm trước đây liên kết hành vi với một kết quả cụ thể. Nói cách khác, chúng được dựa trên cơ sở những gì chúng ta nghĩ là có khả năng xảy ra nếu thực hiện hành vi ấy. Chúng ta nhận thấy điều này bao hàm cách đánh giá xác suất – thái độ của chúng ta đối với việc sẽ tiếp tục ăn kiêng sẽ bị tác động bởi cách đánh giá điều gì có khả năng xảy ra khi tiếp tục chế độ ăn kiêng, đặc biệt ấy thực sự tạo ra kết quả giảm cân mà chúng ta mong muốn.

.Mặt khác tiêu chuẩn chủ quan được tập trung từ bên ngoài, phát triển từ suy nghĩ của cá nhân về đánh giá xã hội và cách họ hoạt động trong một nhóm người cụ thể. Vì thế tất cả đều liên quan đến những gì chúng ta nghĩ tiêu chuẩn xã hội đều nằm trong một nhóm cụ thể. Cả suy nghĩ hành vi và tiêu chuẩn chủ quan phối hợp hình thành chủ ý. Vì thế thuyết hành động hợp lý của Ajzen và Fishbein trực tiếp liên quan đến cách suy nghĩ và nhận thức tiêu chuẩn xã hội ảnh hưởng đến hành vi của chúng ta. Họ xem chủ ý chứ không phải thái độ là tâm điểm.

THUYẾT CÂN BẰNG CỦA HEIDER

Heider (1944) cho rằng tìm hiểu nhận thức hay quan điểm của con người về các mối quan hệ tạo ra điểm mấu chốt để tìm hiểu hành vi xã hội, có một khuynh hướng rất mạnh ở con người thích thái độ của mình luôn nhất quán với nhau hơn. Nếu thái độ của chúng ta không nhất quán theo Heider, trạng thái mất cân bằng nhận thức sẽ xảy ra gây ra căng thẳng và mức độ stress nhất định. Thái độ không cân bằng sẽ khiến chúng ta có cảm giác khó chịu của căng thẳng, vì thế chúng ta cố lấy lại cân bằng trong một số cách. Do đó, nói chung, chúng ta tìm kiếm sự cân bằng nhận thức giữa những thái độ khác nhau của mình. Chúng ta nhận thấy dễ cho rằng con người không thích có tính tình khó chịu và chỉ thích những người có cùng loại quan điểm với mình.

Cân bằng bộ đôi và bộ ba

Heider áp dụng nguyên tắc này trong việc tìm hiểu các mối quan hệ cá nhân và tìm hiểu thái độ. Một mối quan hệ dễ chịu, không căng thẳng giữa hai người bao gồm **cân bằng bộ đôi:** chẳng hạn, cả hai thành viên trong cặp vợ chồng ưa thích lẫn nhau, bình đẳng với nhau. Nếu mối quan hệ mất cân bằng thì sự căng thẳng và hiểu lầm phát sinh.

Tương tự, quan điểm thái độ xã hội của Heider trên cơ sở khái niệm **cân bằng bộ ba:** 3 yếu tố nằm ở ba người khác nhau hay hai người và một đối tượng thái độ. Chẳng hạn: nếu tôi thích Sally, Sally thích Ann và tôi cũng thích Ann, mối quan hệ cân bằng, là mối quan hệ dễ chịu, không căng thẳng. Tương tự, nếu tôi thích Sally, cả hai chúng tôi đều ủng hộ phong trào bảo vệ môi trường của tổ chức Hòa bình xanh (đối tượng thái độ) thì mối quan hệ cân bằng, không căng thẳng. Dĩ nhiên, mô hình này đưa ra lời giải thích tại sao chúng ta thường tìm bạn có cùng giá trị và quan tâm.

Nhưng nếu tôi thích Sally, nhưng không thích người bạn thân của Sally là Josephine, thì trong bộ ba có sự mất cân bằng tạo ra căng thẳng. Hay nếu tôi thích Sally nhưng nhận thấy cô ấy ủng hộ những gì tôi cho là biện pháp xã hội kiềm chế bất lợi cho người thất nghiệp, thì lại có căng thẳng và mối quan hệ mất cân bằng. Khi tất cả 3 người trong mối quan hệ bộ ba không dứt khoát thì tình huống mơ hồ hơn. Nếu tôi không thích Josephine, cũng như Sheila, và nếu Sheila và Josephine cũng không thích nhau thì hai cách có thể xảy ra. Chúng ta xem bộ ba là cân bằng – không có căng thẳng vì chúng ta không có gì đối với nhau, nhưng hầu hết các nhà nghiên cứu sử dụng mô hình thái độ cân bằng lại xem tình huống như thế là mất cân bằng vì căng thẳng thường tạo ra trong các mối quan hệ không dứt khoát.

Heider cho rằng căng thẳng tạo ra trong các bộ ba mất cân bằng cũng tạo áp lực phải thay đổi sao cho chúng ta lấy lại được sự cân bằng nhận thức. Nhưng điều này hàm ý chúng ta xem mình như thể liên quan trực tiếp trong tình huống. Mower-White (1977) yêu cầu người tham gia nghiên cứu đánh giá nhiều tình huống có sự dễ chịu. Mỗi tình huống gồm một bộ ba thuộc một loại nào đó, nhưng một nửa số tình huống trực tiếp ám chỉ người tham gia nghiên cứu (người được gọi là "bạn"), trong khi các tình huống khác mô tả người khác. người tham gia nghiên cứu đánh giá các tình huống cân bằng là những tình huống "dễ chịu" trong khi tình huống mất cân bằng là khó chịu, như lý thuyết cân bằng dự đoán, nhưng chỉ khi tình huống ám chỉ cá nhân họ. Nếu tình huống liên quan đến người khác thì họ xem tình huống là trung tính.

Thuyết cân bằng giữa cá nhân với nhau của Newcomb

Newcomb (1968) bổ sung lý thuyết cân bằng ban đầu của Heider, liên quan đến những người khác được xem là nguồn thông tin thích hợp trong bộ ba ra sao. Trong mô hình này, sự mất cân bằng tạo ra căng thẳng trong một bộ ba chỉ khi có sự liên quan cao. Nếu tôi cho rằng Sally là nguồn thông tin chính thức đối với các vấn đề xã hội hay có ảnh hưởng trong việc quyết định chính sách của chính phủ thì tôi có thể bị xáo trộn do thiếu sự nhất trí liên quan đến cách giải quyết người thất nghiệp. Nhưng nếu tôi nhận thức rằng Sally biết rất ít về những vấn đề như thế cũng như ảnh hưởng không nhiều thì thái độ của cô ta không hẳn làm tôi lúng túng.

Sử dụng mô hình của Newcomb, một số nhà nghiên cứu (chẳng hạn như Zajonc và Burnstein, 1965) nhận thấy chúng ta có **thành kiến tính tích cực** đối với bộ ba: chúng ta thích thái độ tích cực nhiều hơn thái độ tiêu cực. Chúng ta cũng nhận thấy bộ ba có mối quan hệ tích cực giữa một cá nhân và một đối tượng thái độ dễ học và dễ nhớ hơn. Điều này áp dụng thậm chí khi chúng ta so sánh mối quan hệ tích cực không cân bằng với mối quan hệ tiêu cực cân bằng – mối quan hệ tích cực dễ hiểu hơn. Mối quan hệ tích cực không cân bằng có thể là mối quan hệ trong đó chẳng hạn tôi ủng hộ Hòa bình xanh và thích Janet (cả hai đều tích cực), nhưng Janet phản đối Hòa bình xanh (tiêu cực). Bộ ba cân bằng có mối quan hệ tiêu cực chẳng hạn trong trường hợp Sarah và tôi đều đồng ý rằng chúng tôi phản đối (tiêu cực) các môn thể thao đẫm máu.

LÝ THUYẾT THÁI ĐỘ THEO ĐÁNH GIÁ XÃ HỘI

Một nhóm lý thuyết khác xem thái độ như những hình thức đánh giá xã hội, giống như cách đoán vật lý khi chúng ta đoán kích thước hay một vật gì đó trên đường cách xa bao nhiêu. Những lý thuyết này bắt nguồn từ công trình của Thurstone năm 1928, ông cho rằng con người đánh giá một phát biểu đối với đối tượng đích bất lợi hay có lợi đến mức nào, đặc biệt không bị quan điểm cá nhân ảnh hưởng. Chẳng hạn khi đối mặt với một phát biểu về Giáo hội và mối quan hệ của nó với tôn giáo, người ta có thể cho rằng liệu phát biểu có lợi hay bất lợi và bất lợi hay có lợi ra sao, bất kể quan điểm cá nhân của chính họ về tôn giáo. Giả định này cũng làm nền tảng cho công trình đánh giá thái độ của Thurstone.

Lý thuyết đồng hóa và tương phản

Trong khi Thurstone ngụ ý rằng con người có thể đưa ra những phán đoán vô tư, hoàn toàn độc lập về tính có lợi hay bất lợi của nhiều phát biểu thái độ khác nhau, thì Sherif và Hovland (1961) lập luận rằng con người thường sử dụng quan điểm cá nhân của riêng mình đối với vấn đề như một tiêu chuẩn đánh giá phát biểu khác. Vì thế phát biểu mà một người nhận thấy cá nhân mình chấp nhận được sẽ được đánh giá có lợi hơn – gần giống với lập trường của riêng họ hơn – khi đánh giá phát biểu trên thang điểm chung chung hơn. Điều này gọi là **tác dụng đồng hóa.**

Vì thế, chẳng hạn, nếu tôi có thái độ vô cùng quan tâm đến tình trạng môi trường (vấn đề tôi đang quan tâm) và đọc báo thấy rằng người ta ngày càng sử dụng bột giặt không có phosphate càng nhiều, chắc chắn tôi đánh giá phát biểu ấy là phát biểu có lợi. Trái lại, một người xem vấn đề môi trường là không quan trọng sẽ đánh giá khác hẳn (chẳng hạn chúng cứ phạm tội khi mua bột giặt thông thường).

Sherif và Hovland cũng dự đoán rằng sẽ có **tác dụng tương phản**, qua đó phát biểu sẽ được xem là cực đoan hơn nếu chúng khác biệt đáng kể với quan điểm cá nhân của một người nào đó. Sự tương phản này sẽ được rõ nét hơn qua số lượng liên quan cá nhân của cá nhân đối với lĩnh vực. Nếu một người cảm thấy rất liên quan với mình thì họ có khuynh hướng định nghĩa rất rõ ràng rằng mình đồng ý hay bất đồng với phát biểu. Chẳng hạn, một người nhận thức rất rõ về các vấn đề môi trường sẽ có dải phát biểu rộng hơn rằng họ đồng ý hay không đồng ý. Nhưng một người không quan tâm nhiều về môi trường bằng cách này hay cách khác sẽ không phản ứng dứt khoát.

Những phát biểu mà chúng ta đồng ý đối với một vấn đề cụ thể gọi là **phạm vi chấp nhận** và những phát biểu mà chúng ta không đồng ý gọi là **phạm vi phủ nhận.** Sherif và Hovland cho rằng phát biểu rơi vào phạm vi chấp nhận của một người hoàn toàn hiệu quả trong việc làm thay đổi thái độ. Vì con người có khuynh hướng đánh giá những phát biểu này hoàn toàn giống với quan điểm của riêng mình nên có nghĩa rằng họ dễ thay đổi thái độ của riêng mình để phù hợp với phát biểu.

Chẳng hạn, hãy hình dung một người nói chung phản đối hình phạt tử hình nhưng cũng không chắc chắn lắm. Sau đó họ nghe một phát biểu quả quyết (rơi vào phạm vi chấp nhận) về số trường hợp trong đó người ta phạm tội bị xử oan trong khi thực tế họ vô tội. Phát biểu này chắc chắn ảnh hưởng đến họ: quan điểm của cá nhân có lẽ thay đổi phản đối quyết liệt hình phạt tử hình. Nhưng phát biểu như thế không có tác dụng đối với một người kiên quyết ủng hộ hình phạt này vì nó rơi vào phạm vi phủ nhận của họ.

Mặc dù cũng thật kỳ quặc, đôi khi phát biểu thực ra rất cực đoan tạo ra tác dụng mà Sherif và Hovland gọi là một **tác động dội lại**. Sự tương phản được hình thành do sự khác nhau giữa phát biểu và giá trị của riêng cá nhân mạnh đến mức tạo ra sự thay đổi thái độ hoàn toàn trái ngược với thái độ theo chủ ý. Mặc dù đối với hầu hết, tác động dội lại là không phổ biến: chúng ta thường có khuynh hướng bị những phát biểu rơi vào phạm vi chấp nhận tác động vì chúng ta đồng hóa chúng dễ hơn.

Lý thuyết nhấn mạnh

Mặc dù có vẻ có nhiều ủng hộ thực nghiệm đối với khái niệm tác dụng đồng hóa, tác dụng tương phản do Sherif và Hovland nhận dạng khó hiểu hơn nhiều. Chẳng hạn: Selltiz, Edrich và Cook (1965) yêu cầu người tham gia nghiên cứu có nhiều thái độ khác hẳn nhau đối với người da màu, đánh giá sự có lợi hay bất lợi của nhiều phát biểu khác nhau về "vị trí xã hội của người da đen". Trong khi họ nhận thấy một vài người tham gia nghiên cứu phân biệt chủng tộc có những đánh giá cực đoan đối với phát biểu có lợi, nhưng họ không nhận thấy những người tham gia nghiên cứu phân biệt chủng tộc đánh giá cực đoan đối với những phát biểu cực kỳ bất lợi. Thay vào đó, những người như thế thường đánh giá phát biểu ôn hòa hơn người khác thường nghĩ.

Eiser (1975) giải thích điều này theo nghĩa bối cảnh xã hội tiến hành nghiên cứu và sử dụng ngôn ngữ đánh giá. Thí nghiệm được tiến hành trong một đại học Mỹ vào thập niên 1960, khi tiêu chuẩn xã hội hướng đến việc gia tăng sự dung hòa chủng tộc, có nghĩa rằng phát biểu về "vị trí xã hội của người da đen" được đánh giá cao – không phải là những phát biểu đơn giản, thực tế. Người tham gia nghiên cứu không phân biệt chủng tộc có thể sử dụng những mức cực đoan trong thang đánh giá trong đánh giá của mình vì họ sử dụng đầu mút của thang để đánh giá tích cực, nhưng những người tham gia nghiên cứu phân biệt chủng tộc nghĩ rằng phải thừa nhận những lời phát biểu mà họ cho rằng thuộc về đầu thang "xã hội phản đối". Vì thế họ biểu thị cách đánh giá không cực đoan như người ta thường nghĩ nếu bối cảnh và cách diễn đạt khác nhau.

Lý thuyết nhấn mạnh của Eiser nhấn mạnh đánh giá giá trị ngụ ý ở việc con người được yêu cầu biểu thị thái độ của mình bằng cách nào mới là điều quan trọng nhất. Như chúng ta đã biết, thái độ và giá trị liên kết mật thiết với nhau, từ ngữ một người sử dụng có thể tiết lộ thái độ cơ bản của mình. Chẳng hạn, nếu mô tả một người chọn nhiều rủi ro và chúng ta quy họ là "điên rồ" ngụ ý rằng chúng ta phản đối, trong khi chúng ta quy cho họ là "mạo hiểm" lại hàm ý chúng ta tán thành.

Eiser và Mower-White (1974) tiến hành một thí nghiệm bắt đầu bằng việc đào tạo thái độ của trẻ vị thành niên đối với uy quyền. Số trẻ này phân thành 3 nhóm, mỗi nhóm phải hoàn tất một thang điểm thái độ giống với thang điểm đã điền trước đây. Nhóm kiểm soát được cho biết thang điểm thứ hai là để kiểm tra cách đánh giá đầu tiên. Nhóm thứ hai được cho biết thang điểm dùng để đánh giá "bạn lễ phép, vâng lời, giúp dỡ và hợp tác ra sao", nhóm thứ 3 được cho biết thang điểm thứ hai dùng để đánh giá "bạn dũng cảm, mạo hiểm, sáng tạo, chủ động ra sao". Bằng cách so sánh với nhóm kiểm soát, điểm số của nhóm thứ hai cho thấy thái độ của họ thay đổi hướng về lập trường ủng hộ uy quyền nhiều hơn, trong khi thái độ của nhóm thứ ba thay đổi hướng về lập trường phản đối uy quyền nhiều hơn. Nói cách khác, mô tả mà trẻ vị thành niên đưa ra nhấn mạnh những khuynh hướng này trong câu trả lời.

Khía cạnh khác trong lý thuyết nhấn mạnh là tầm quan trọng của **tên gọi.** Con người thường phân loại phát biểu thành những loại khác nhau – chẳng hạn như phát biểu ủng hộ hay phản đối uy quyền hay phát biểu hữu khuynh hay tả khuynh. Một khi phân loại xong, họ sẽ quyết định liệu mình có sẵn sàng xem quan điểm của riêng mình phù hợp với phân loại ấy hay không. Điều này liên quan với chứng cứ của Tajfel và Wilkes về cách phản ứng của người tham gia nghiên cứu trước những phân loại tùy tiện. Tajfel và Wilkes nhận thấy con người có những phán đoán cực đoan hơn về chiều dài đoạn thẳng nếu chúng được phân loại thành nhóm cho dù các nhóm rất tùy tiện.

Eiser (1971) nhận thấy đánh giá phát biểu về ma túy tiêu khiển thay đổi tùy theo nguồn xuất phát phát biểu. Nguồn sử dụng trong nghiên cứu là báo chí có tiếp cận cụ thể đối với quan điểm về ma túy tiêu khiển và hành vi không theo quy ước. Bằng cách so sánh với cách đánh giá của nhóm kiểm soát tiếp nhận phát biểu không gọi tên, những người tham gia nghiên cứu được cho biết về nguồn phát biểu đưa ra quan điểm cực đoan hơn. Những quan điểm ấy có lợi hay bất lợi tùy vào nguồn phát xuất của phát biểu.

Lý thuyết của Eiser cho thấy chúng ta mô tả thái độ của mình như thế nào – cách chọn từ và tên gọi các nguồn thái độ cụ thể – có rất nhiều ảnh hưởng. Điều này đặc biệt quan trọng khi nghiên cứu truyền đạt của phương tiện truyền thông: nhiều nhà nghiên cứu xem việc chọn từ sử dụng trong các bài tường thuật tin tức hay tư liệu chẳng hạn như những nỗ lực rõ ràng khai thác quan điểm của chúng. Chúng ta đã nghiên cứu một số tác dụng của ngôn ngữ trong Chương 4.

SỰ THUYẾT PHỤC

Trong thế giới hiện đại chúng ta luôn bị bao quanh bằng những nỗ lực cố thuyết phục chúng ta làm việc này hay việc khác. Các nhà quảng cáo cố thuyết phục chúng ta mua sản phẩm này hơn là sản phẩm khác, các đảng phái chính trị luôn thuyết phục chúng ta nên bỏ phiếu theo cách này hơn là cách khác, các tổ chức sức khỏe cộng đồng cố thuyết phục chúng ta thay đổi để có cách sống có lợi cho sức khỏe hơn. Tất cả những người này đều là những nỗ lực làm thay đổi thái độ chúng ta hiện có trên cơ sở khiến chúng ta có hành động khác. Như bạn hình dung, có nhiều nghiên cứu đáng kể về những yếu tố chắc chắn thành công nhất trong sự thuyết phục.

TIẾP CẬN THUYẾT PHỤC XỬ LÝ THÔNG TIN

Hầu hết nghiên cứu tâm lý học về tính hiệu quả của sự thuyết phục đều khảo sát theo nghĩa chúng ta xử lý thông tin ra sao. Trong khía cạnh này, dường như liên quan đến 4 nhóm yếu tố. Nhóm thứ nhất là những yếu tố liên quan đến nguồn thông tin, thứ hai là các yếu tố liên quan đến chính thông tin, nhóm yếu tố thứ ba liên quan đến cá nhân đang nhận thông tin, và nhóm thứ tư liên quan đến bối cảnh diễn ra toàn bộ quá trình. Chúng ta lần lượt khảo sát từng nhóm này.

Nguồn thông tin

Một yếu tố rất quan trọng trong tính thuyết phục của một thông tin liên quan đến **tính đáng tin** của người gởi thông tin. Kelman và Hovland (1953) tiến hành một nghiên cứu trong đó người tham gia nghe thảo luận về sự phạm pháp ở trẻ vị thành niên, của một trong số 3 người nói. Một trong những người này khẳng định phải có tòa án vị thành niên, vì thế được cho rằng có tính đáng tin cao, một người nói được mô tả như một thành viên ngẫu nhiên trong số khán giả trong thính phòng, tính đáng tin của họ được cho là trung bình, một người nói khác được mô tả là "người hay khoác chuyện", vì thế được cho là có tính đáng tin rất thấp.

Kelman và Hovland nhận thấy rằng người truyền đạt càng đáng tin thì cuộc nói chuyện của họ càng ảnh hưởng đến người nghe nhiều hơn. Tuy nhiên, khi họ trắc nghiệm lại những người tham gia nghiên cứu vào 4 tuần sau, họ nhận thấy **tác dụng nguồn** hoàn toàn biến mất. Họ nhớ những gì mình được nghe nhưng không nhớ ai nói. Vì thế có thể tính đáng tin của nguồn chỉ quan trọng trong ngắn hạn.

Friedman và Friedman (1979) so sánh tác dụng của nhiều loại chứng thực khác nhau – lời khuyên cá nhân – trong các quảng cáo trên TV. Họ so sánh lời khuyên của các nhân vật nổi tiếng, giới chuyên môn và người tiêu dùng thông thường. Những người tham gia nghiên cứu được cho xem quảng cáo 360 mặt hàng gia dụng khác nhau. Họ được yêu cầu đánh giá mỗi quảng cáo bằng cách đánh giá tính thích hợp của mỗi tính từ trong số 20 tính từ chẳng hạn như "chân thật", "dễ mến", "cung cấp thông tin" hay "thuyết phục" khi mô tả sản phẩm. Họ cũng được yêu cầu có thể tin quảng cáo đến mức nào, liệu có chắc mua sản phẩm ấy hay không, 48 tiếng đồng hồ sau, họ được hỏi qua điện thoại xem có còn nhớ sản phẩm đã thấy trong quảng cáo hay không. Friedman và Friedman nhận thấy những người nổi tiếng trong tư cách người xác nhận chất lượng sản phẩm hiệu quả hơn hai loại còn lại. Mong đợi duy nhất đối với điều này là 1 hay 2 trường hợp cụ thể trong đó lời khuyên của một người có chuyên môn được đánh giá là thích hợp.

Nếu chúng ta nghĩ rằng người khác cố ý ảnh hưởng đến chúng ta thì đôi lúc chúng ta **phản kháng** đối với những gì người khác nói. Walster và Festinger (1962) lập ra một tình huống thí nghiệm trong đó những người tham gia nghiên cứu hoặc "vô tình" nghe lỏm thông tin, hay nghe thông tin mà họ biết đang trực tiếp thuyết phục mình. Walster và Festinger nhận thấy thông tin "nghe lỏm" tỏ ra thuyết phục hơn, nhưng chỉ trong các tình huống có mức độ liên quan cao đối với cá nhân. Nếu thông tin nói về vấn đề nói chung họ không quan tâm, thì khi đó không có sự khác biệt liệu thông tin được nghe lỏm hay tiếp nhận trực tiếp. Chẳng hạn, một thảo luận được nghe lỏm về cách người chồng dành thời gian ở nhà nhiều hơn có nhiều tác động hơn đối với những người tham gia nghiên cứu là nam, đã có gia đình, hơn là những người còn độc thân.

Khía cạnh khác của tính thuyết phục liên quan đến việc liệu chúng ta có nghĩ cá nhân đang truyền đạt đang phát biểu vấn đề phù hợp với mục đích cá nhân của riêng họ hay không. Walster, Aronson và Abrahams (1966a) nhận thấy nếu người truyền đạt có vẻ lập luận phản đối quyền lợi của riêng họ thì người khác cho rằng thông tin ấy thuyết phục hơn. Trong một nghiên cứu, thanh niên được phát các phỏng vấn đăng trên báo để đọc về số lượng quyền lực mà công tố viên và tòa án lẽ ra nên có. Một số báo cáo này cho rằng lẽ ra tòa án phải có nhiều quyền hơn, và những người khác có ít hơn. Một nửa số trẻ được cho biết báo cáo là của một người đang bị ở tù trong khi một nửa còn lại được cho biết báo cáo là của một công tố viên rất thành công. Walster, Aronson và Abrahams nhận thấy hầu hết thay đổi thái độ được tạo ra khi tội phạm lập luận ủng hộ tòa án có nhiều quyền lực hơn và khi công tố viên lập luận tòa phải có ít quyền hơn. Trong điều kiện "tòa án có nhiều quyền hơn", những người tham gia nghiên cứu cũng đánh giá tội phạm thành thật hơn công tố viên.

Bản thân thông tin

Bạn đã từng khó chịu bởi các nhà quảng cáo cứ nhất mực cho rằng sản phẩm của họ dứt khoát là sản phẩm tốt nhất, lời lẽ quảng cáo theo cách ngụ ý không còn gì phải nghi ngờ, hay không? Họ quảng cáo như thế vì sự tin cậy trong thông tin được truyền đạt tỏ ra là yếu tố quan trọng trong mức độ thuyết phục của thông tin. Maslow, Yoselson và London (1971) phát cho người tham gia nhiều hồ sơ từ các vụ án chính thức, cũng như lập luận bằng văn bản ủng hộ bị cáo. Một nửa người tham gia nghiên cứu đọc lập luận với giọng ngập ngừng, sử dụng những câu như "tôi không chắc" hay "tôi không biết", trong một nửa còn lại đọc phát biểu bằng văn bản với giọng rất quả quyết, có những nhóm từ tự tin như "tôi tin" và "thật hiển nhiên". Người tham gia nghiên cứu được yêu cầu đánh giá bị cáo có tội hay vô tội, nhiều hơn đáng kể số người nhận được phát biểu tự tin cho rằng cá nhân ấy được xem là "không có tội".

Giới quảng cáo và tuyên truyền hiểu rất rõ ngôn ngữ có tác dụng thật ấn tượng để làm thay đổi thái độ. Năm 1977, Eiser và Ross yêu cầu người tham gia nghiên cứu viết các tiểu luận về chủ đề hình phạt tử hình. Một nửa số người tham gia nghiên cứu (là sinh viên Canada) được yêu cầu trong tiểu luận của họ phải có nhiều từ mang đậm sắc thái phản đối hình phạt tử hình chẳng hạn như "dã man" hay "nhẫn tâm". Những sinh viên khác được yêu cầu phải sử dụng những từ có thái độ ủng hộ hình phạt tử hình như "đồng cảm quá mức" hay "vô trách nhiệm".

Eiser và Ross nhận thấy sinh viên thay đổi thái độ hướng đến lập trường được gợi ý qua những từ họ phải sử dụng trong tiểu luận. Eiser (1979) cho rằng ngôn ngữ truyền đạt một **khung chủ đề** cụ thể, hướng dẫn cá nhân hiểu thông tin. Chúng ta cũng liên kết chứng cứ này với mô hình sơ đồ nhận thức xã hội đã xét đến trong Chương 15: có thể những từ cảm xúc có tác dụng bằng cách kích hoạt sơ đồ cụ thể, cho phép thông tin thích hợp với bối cảnh ấy. Như chúng ta đã biết, lý thuyết thái độ nhấn mạnh của Eiser đề cập những từ quan trọng có thể định hướng và làm nổi bật thái độ của chúng ta ra sao.

Có một số tranh luận đưa ra một thông tin thật rõ ràng là điều tốt hơn hay không. Heller, năm 1956 giới thiệu những khẩu hiệu quảng cáo đầy đủ và không đầy đủ cho người tham gia nghiên cứu, và nhận thấy họ nhớ những khẩu hiệu nào mà chính mình bổ sung được tốt hơn là những khẩu hiệu được phát đơn thuần, phần họ không có việc vì phải làm. MacLachlan (1983) cho rằng chứng cứ này liên quan đến **lý thuyết cấp độ xử lý** (xem Chương 3) – càng nhiều người tham gia nghiên cứu có xử lý nhận thức đối với tài liệu thì họ càng có khả năng nhớ tài liệu tốt hơn.

Janis và Feshbach (1963) tiến hành nghiên cứu trong đó họ khảo sát tác dụng của các mức độ **tính xúc cảm** khác nhau trong thông tin. Họ khảo sát sức khỏe đối với học sinh trung học Mỹ, đánh giá thái độ của học sinh về chăm sóc răng miệng. Sau đó phân loại thành 4 nhóm, nói chuyện có minh họa về vệ sinh răng miệng trong 3 nhóm. (nhóm thứ tư là nhóm kiểm soát, được nghe đề tài về mắt). Những cuộc nói chuyện thay đổi tùy theo việc làm số học sinh nghe thông tin sợ nhiều đến mức nào. Khi Janis và Feshbach lập lại cuộc khảo sát sức khỏe vào một tuần sau, họ phát hiện một vài kết quả đáng ngạc nhiên, trong Bảng 17.3.

Chứng cứ này cho thấy thông tin đôi khi quá thuyết phục đến mức không thể đạt được mục đích. Sự phủ nhận thông tin thật xúc cảm có vẻ áp dụng cho những người tham gia nghiên cứu có sự lo âu cao, người ta cho rằng có sự liên kết giữa sự lo âu này và **luật đánh thức và hoạt động Yerkes-Dodson** (Chương 13). Luật này phát biểu rằng những mức độ đánh thức rất cực đoan thực sự cản trở hành động hiệu quả vì cá nhân bị đánh thức hay lúng túng nhiều quá đến mức không thể hành động hiệu quả. Trong trường hợp này, thông tin cảm xúc cao làm cho cá nhân tránh toàn bộ chủ đề vì chủ đề tạo ra sự lo âu quá nhiều đến mức thậm chí không dám nghĩ đến!

Bảng 17.3 Tác dụng của tính cảm xúc trong thông tin thay đổi thái độ

Điều kiện	Số ám chỉ kết quả khó chịu khi xao lãng vệ sinh răng miệng	% số người thay đổi hành vi
"Sợ ít"	18	37
"Sợ vừa"	49	22
"Sợ nhiều"	71	8

Nguồn: Janis và Feshbach, 1963

Người tiếp nhận thông tin

Không phải mọi người đều phản ứng như nhau đối với các lý lẽ thuyết phục. Năm 1949, Hovland, Lunsdaine và Sheffield nghiên cứu liệu con người có bị ảnh hưởng bởi một mặt lý lẽ hay bởi thông tin được cung cấp cả hai mặt của vấn đề nhưng cũng tính đến lý lẽ của mặt đối lập. Họ nhận thấy tính hành vi của chiến lược bị ảnh hưởng của **trình độ văn hóa** của cá nhân. Những người có trình độ cao hơn bị ảnh hưởng nhiều hơn khi được cung cấp hai mặt của vấn đề, những người chỉ có học vấn cơ bản chịu ảnh hưởng nhiều hơn khi được cung cấp một mặt của lý lẽ.

Những gì con người suy nghĩ cũng tạo sự khác biệt. Như họ được cung cấp thông tin về cơ bản ủng hộ quan điểm của chính họ thì lý lẽ một mặt hiệu quả hơn, nhưng nếu họ được cung cấp thông tin trái với những gì họ nghĩ thì lý lẽ hai mặt luôn hiệu quả hơn. chứng cứ này phù hợp với lý thuyết thái độ nhấn mạnh mà chúng ta đã xét đến trong đầu chương này.

Himmelfarb và Eagley (1974) cho rằng một yếu tố quan trọng trong cách phản ứng trước thông tin thuyết phục là mức độ tham gia cái tôi mà họ đang trải qua. Những người mà liên quan đến một quan điểm cụ thể sẽ rất phản đối việc thay đổi thái độ của mình, trong khi những người xem vấn đề là tương đối không quan trọng sẽ có khả năng chọn lọc lý lẽ thoải mái hơn, tùy vào tính thuyết phục trong cách trình bày lý lẽ.

McGuire (1968) cho rằng có chứng cứ đối với yếu tố có tính thuyết phục trong nhân cách – một số người có vẻ luôn có khả năng thuyết phục hơn số khác. Tuy nhiên, Ajzen (1988) cho rằng có ít chứng cứ đối với sự nhất quán như thế trong cách con người phản ứng với những tình huống khác nhau, và tiếp cận đặc điểm nhân cách đối với sự thuyết phục phần lớn bị xem nhẹ. Học vấn, suy nghĩ và sự tham gia của cái tôi có vẻ quan trọng hơn, những yếu tố này là chức năng hoạt động kinh nghiệm trước đây của cá nhân hơn là đặc điểm nhân cách.

Bối cảnh thông tin

Gorn, năm 1982, tiến hành nghiên cứu trong đó có vẻ trình độ âm nhạc trực tiếp ảnh hưởng đến sự chọn lựa của người tiêu dùng. Gorn cho những người tham gia nghiên cứu xem phim dương bản của các bút mực màu trong khi phát nhạc nền. Âm nhạc được đánh giá là dễ chịu hay khó chịu. Khi được tự do chọn lựa, người tham gia nghiên cứu chọn màu bút mực đi kèm với âm nhạc dễ chịu. Tuy nhiên, Kellaris và Cox (1989) phủ nhận chứng cứ của Gorn trên cơ sở cho rằng đặc điểm yêu cầu trong chứng cứ của Gorn trực tiếp ảnh hưởng đến sự chọn lựa của người tham gia nghiên cứu (xem Khung 17.2).

Kellaris và Cox tái tạo nghiên cứu của Gorn nhưng có một số sửa đổi quan trọng. Thứ nhất, trong khi Gorn báo với người tham gia nghiên cứu rằng nghiên cứu về việc "đánh giá âm nhạc đối với bút mực kinh doanh", thì người tham gia nghiên cứu sau này được cho biết mục đích nghiên cứu là "đánh giá nhận thức về các sản phẩm khác nhau". Thứ hai, họ phối hợp âm nhạc cẩn thận hơn Gorn đã làm trước đây, sử dụng âm nhạc cùng với những công cụ tương tự, độ nhanh và phương thức, nhưng được những quan tòa độc lập đánh giá là dễ chịu hay khó chịu (đoạn nhạc "dễ chịu" của Mozart, đoạn nhạc "khó chịu" của Milhaud).

Thứ ba, họ xếp đặt cho những người tham gia nghiên cứu một cách khác khi chọn bút. Trong nghiên cứu của Gorn, người tham gia nghiên cứu được yêu cầu bước tới các cạnh khác nhau trong căn phòng, làm cho quyết định chọn ít hiển nhiên hơn, vì thế Kellaris và Cox sắp xếp cả hai bút mực luôn để sẵn, nhưng bút mực có mực xanh hoặc mực đen. Điều này có nghĩa họ có thể kiểm tra sự chọn bút của cá nhân khi điền vào bảng câu hỏi vào cuối cuộc thí nghiệm. Bằng cách này, Kellaris và Cox cẩn thận đảm bảo rằng những người tham gia nghiên cứu vẫn chưa biết nghiên cứu nhằm mục đích gì. Như thế họ nhận thấy nhạc nền dường như không có tác dụng.

Điều này không có nghĩa là bối cảnh thông tin nói chung không có tác dụng nào cả. Một nghiên cứu của Murphy, Cunningham và Wilcox (1979) so sánh tính hiệu quả của quảng cáo khôi hài trong các "môi trường" truyền hình khác nhau. Họ nhận thấy nếu một quảng cáo khôi hài được chiếu vào giữa một chương trình hành động – phiêu lưu thì có nhiều tác dụng hơn khi chiếu xen giữa một vở hài kịch. Vì thế chắc chắn bối cảnh cũng có một số ảnh hưởng nhưng ảnh hưởng ấy khó thấy hơn một số nghiên cứu ban đầu đã nêu.

SỰ BẤT ĐỒNG NHẬN THỨC

Một loại nghiên cứu khác về sự thuyết phục không sử dụng tiếp cận xử lý thông tin, mà đúng ra chỉ nghiên cứu cách con người bị thúc đẩy phải thay đổi thái độ của mình – trước tiên tại sao họ muốn thay đổi. Nghiên cứu này bắt đầu bằng khái niệm cân bằng nhận thức do Heider (1944) đề xuất, mà chúng ta đã khảo sát ở đầu chương này. Nghiên cứu của ông phần lớn trên cơ sở quan điểm của Heider, Leon Festinger (1957) đi đến việc phát triển thuyết **bất đồng nhận thức.**

Bất đồng nhận thức trực tiếp liên quan đến cách chúng ta thay đổi thái độ của mình khi nhận thấy không cân bằng. Thuyết bất đồng nhận thức phát biểu rằng nếu một nhận thức (chẳng hạn như thái độ) chúng ta đang có mâu thuẫn trực tiếp với một nhận thức khác, trong một số cách nếu cả hai liên quan nhau thì chúng ta sẽ có cảm giác căng thẳng. Căng thẳng này được giải quyết bằng một trong hai cách: hoặc thay đổi một trong số các nhận thức, hoặc bổ sung một nhận thức phụ để "giải thích" sự khác biệt hiển nhiên.

Chẳng hạn, bạn đánh giá một người bạn là người tử tế nhưng sau đó nhận thấy người bạn ấy có thái độ dường như rất độc ác đối với người khác. Hai nhận thức này – hiểu biết về tính tử tế của người bạn và nhận thức của bạn về hành vi độc ác của người bạn ấy – đang trực tiếp mâu thuẫn. Nhận thức này có vẻ mâu thuẫn với nhận thức kia và tạo ra sự bất đồng nhận thức. Để giải quyết sự bất đồng, bạn có thể thay đổi một trong số các nhận thức. Chẳng hạn, bạn quyết định rằng người bạn thực ra không phải là người tử tế hay hành vi chỉ có vẻ độc ác nhưng không phải là thực chất. Do đó, bạn bổ sung một nhận thức khác: người bạn ấy đã gặp nhiều rắc rối với cá nhân cụ thể này và trước đây đã dành cho họ nhiều sự đồng cảm, đến mức không có lợi, vì thế lúc này họ được biện minh bằng hành động theo cách này.

Bà Keech và ngày tận thế

Năm 1956, Festinger, Riecken và Schachter báo cáo một thí nghiệm tự nhiên trong

Khung 17.2 Đặc điểm nhu cầu trong nghiên cứu thay đổi thái độ

Một trở ngại chính trong nghiên cứu thay đổi thái độ là khi con người hành động trong tư cách những người tham gia nghiên cứu trong các thí nghiệm tâm lý học thì họ thường cố tỏ ra vẻ hợp tác, tạo ra kết quả mà họ nghĩ rằng người thí nghiệm đang mong đợi. Silverman (1977) mô tả một nghiên cứu trong đó những người tham gia nghiên cứu được phân một công việc thay đổi thái độ tiêu chuẩn, có một phát biểu mở đầu, kế đến là một số thông tin và các mục ý kiến mà họ phải điền vào. Có hai nhóm, nhưng mỗi nhóm thực hiện cùng công việc. Mặc dù trong một nhóm, người bảo trợ nghiên cứu được liệt kê phía trước tài liệu "Học viện nghiên cứu tác dụng tuyên truyền", trong khi nhóm thứ hai có tài liệu được sự hỗ trợ từ "viện nghiên cứu truyền đạt và xử lý thông tin".

Các nhà nghiên cứu nhận thấy sự khác biệt ấn tượng giữa hai nhóm, nhóm thứ hai thay đổi thái độ nhiều hơn nhóm thứ nhất. Silverman và Shulman (1970) cho rằng những người tham gia nghiên cứu trong nghiên cứu thái độ thường phản ứng đối với **đặc điểm yêu cầu** của thí nghiệm: họ cảm thấy một loại phản ứng nào đó người khác mong đợi ở mình và họ cố hết sức mình để hợp tác và có phản ứng phù hợp.

Rosnow (1968) tiến hành nghiên cứu trong đó sinh viên Mỹ được giới thiệu các lý lẽ ủng hộ và phản đối tình anh em. Một số sinh viên nhận được các bài viết chỉ cung cấp một mặt tranh luận, một số nhận được cả hai. Những người tham gia nghiên cứu nhận được lý lẽ một mặt thay đổi thái độ của mình trong điều kiện thích hợp nhưng những người nhận được cả hai lý lẽ đều thể hiện khuynh hướng có thái độ phản đối tình anh em rất rõ. Sau này khi được hỏi, người ta nhận thấy người tham gia nghiên cứu biết rằng người thí nghiệm đang tiến hành nghiên cứu ủng hộ quan điểm phản đối tình anh em. Vì họ không có dấu chỉ báo nào khác phải nên hành xử theo cách nào nên họ chuyển phản ứng của mình theo hướng họ nghĩ người khác đang mong đợi ở mình.

bất đồng nhận thức mà họ có khả năng quan sát. Một người đồng bóng nổi tiếng, bà Keech, nhận được một "thông tin" cho biết toàn bộ một thành phố lớn ở Mỹ sẽ bị một trận đại hồng thủy phá hủy vào một ngày cụ thể, nhưng bà cùng các tín đồ trung thành sẽ được giải cứu, được đưa lên bằng đĩa bay, nếu họ từ bỏ tài sản vật chất của mình, đi đến một ngọn đồi cụ thể, để cầu nguyện suốt đêm. Bà cùng các tín đồ bán hết tài sản, đi đến ngọn đồi chờ ngày định mệnh. Festinger, Riecken và Schachter cũng tham gia, để xem điều gì xảy ra nếu như dự đoán không đúng.

Thật thú vị, khi thành phố vẫn còn nguyên vẹn thì tín đồ áp dụng một chiến lược thứ hai. Họ không kết luận rằng dự đoán ban đầu là sai, bổ sung một quan điểm mới, cho rằng hành động và lời cầu nguyện của họ đã cứu lấy thành phố. Festinger giải thích điều này bằng cách nêu rõ kết luận rằng lời dự đoán ban đầu là sai đã tạo ra sự bất đồng nhận thức nhiều hơn, gia tăng mâu thuẫn cá nhân đáng sợ về lý do tại sao trước đây con người tin vào dự đoán, hơn là đối mặt với sự căng thẳng mà dự đoán này là nguyên nhân gây ra, số thành viên tín ngưỡng thích nghi rằng hành động của mình hiệu quả hơn.

Thay đổi thái độ thông qua bất đồng nhận thức

Festinger xem bất đồng nhận thức như một yếu tố cực kỳ ảnh hưởng dẫn đến việc thay đổi thái độ, mô hình của ông tạo ra rất nhiều nghiên cứu thử nghiệm. Hầu hết những thí nghiệm này chọn hình thức **nghiên cứu tuân thủ bắt buộc,** trong đó nhận thức mâu thuẫn được tạo ra bằng cách yêu cầu những người tham gia nghiên cứu thí nghiệm phải tuân theo những gì mà họ không tin trong thực tế.

Một trong những nghiên cứu này, Festinger và Carlsmith (1959) trả cho người tham gia nghiên cứu 20 hay 1 đô la để thực hiện một số công việc vô cùng nhàm chán trong 30 phút mỗi lần. Một trong số này là một người đến phiên mình bước vào phòng cắm từng chốt gỗ vào một bảng gỗ trong 15 phút. Như bạn hình dung, đây là một công việc vô cùng nhàm chán. Khi làm xong việc, người tham gia được yêu cầu ra khỏi phòng chờ, ở đây có nhiều người khác đang chờ đến lượt mình, và kể cho người khác nghe công việc vô cùng thú vị. Sau đó, đánh giá thái độ cá nhân của họ đối với công việc.

Festinger và Carlsmith nhận thấy rằng nhóm được trả 20 đô la không thay đổi thái độ đáng kể: họ vẫn cho rằng công việc vô cùng tẻ nhạt. Nhưng những người tham gia nghiên cứu chỉ được trả 1 đô la có vẻ thay đổi thái độ: nói chung họ không cho rằng công việc là nhàm chán. Các nhà nghiên cứu cho rằng điều này là vì những người này trải qua sự bất đồng nhận thức nhiều hơn nhóm khác: nhóm 20 đô la chỉ biện minh sự nói dối với những người tham gia nghiên cứu khác trên cơ sở họ được trả lương để nói dối, nhưng số lượng mà thành viên trong nhóm 1 đô la được trả hầu như quá nhỏ đến mức không thể đưa ra lời biện minh thích hợp cho việc nói dối. Vì thế, nhóm này giải quyết sự bất đồng nhận thức bằng cách duy lý hóa hành động của mình – nghĩ rằng nói chung công việc không đến nỗi tệ.

Cooper và Worchel (1970) tái tạo nghiên cứu của Festinger và Carlsmith, nhưng lần này thay đổi cách phản ứng của số người trong phòng chờ. Nếu những người này hành động như thể những người tham gia nghiên cứu thuyết phục họ rằng công việc là thú vị thì những người tham gia nghiên cứu thể hiện sự thay đổi thái độ giống như sự thay đổi mà Festinger và Carlsmith nhận thấy. Nhưng nếu họ có vẻ không tin, thì thái độ của người tham gia nghiên cứu không bị ảnh hưởng. Nói cách khác, nếu con người cảm thấy mình nói dối hay không là chuyện không quan trọng thì họ sẽ không có cảm giác bất đồng nhận thức.

Trong nghiên cứu khác, Collins và Hoyt (1972) yêu cầu sinh viên viết tiểu luận ủng hộ một trường hợp mà thực sự họ bất đồng – chẳng hạn, một người tin tưởng vào chuyện phá thai hợp pháp có thể được yêu cầu viết tiểu luận cung cấp một vụ án về phá thai. Họ nhận thấy người tham gia nghiên cứu được phép ký vào tờ từ bỏ phát biểu rằng mình không có trách nhiệm đối với nội dung tiểu luận, không thể hiện sự thay đổi thái độ, nhưng những người không được ký vào tờ từ bỏ như thế lại có biểu hiện thay đổi. Tuy nhiên, như trong Khung 17.2, luôn có khả năng khác biệt trong những nghiên cứu thuộc loại này cho thấy kết quả mà người thí nghiệm thu thập từ **đặc điểm yêu cầu** của nghiên cứu và không phải từ những gì mà các nhà nghiên cứu nghĩ rằng mình đang khảo sát.

Mặc dù, chúng ta có thể thấy rằng thay đổi thái độ là một lĩnh vực phức tạp, bị nhiều yếu tố khác nhau ảnh hưởng. Ngoài ra, khi lý thuyết về thái độ mà chúng ta khảo sát trước đây cho thấy, bối cảnh mong đợi, nhất quán và chủ ý càng rộng có tác động đáng kể đến việc biểu hiện thái độ cũng như cách làm thái độ thay đổi.

THÀNH KIẾN

Khi chúng ta mô tả một người là người có thành kiến, có nghĩa rằng họ có một thái độ hay tập hợp suy nghĩ nào đó nhắm đến một số mục tiêu, trở thành cố định đến mức cá nhân lưỡng lự không muốn thay đổi. Thành kiến theo nghĩa đen là "đánh giá từ trước": nói cách khác, vấn đề đã được đánh giá, cá nhân không còn đắn đo những lời giải thích hay khả năng có thể khác nữa.

Thành kiến có thể có nhiều hình thức, gồm thành kiến tích cực: chúng ta bị thành kiến để ủng hộ người khác, sao cho hiểu tất cả những việc họ làm theo cách tích cực. Chẳng hạn tinh thần yêu nước cực đoan mang nặng thành kiến ủng hộ tổ quốc của mình – "tổ quốc của tôi đúng hay sai" – một số người cảm thấy cách này sẽ giải thích mọi hành động của chính phủ đều là tích cực.

Trung thành với đội ngũ cũng là minh họa cho thành kiến này: năm 1954, Hastorf và Cantril trình chiếu một bộ phim quay trận đá banh cho sinh viên hai trường đại học Mỹ Dartmouth và Princeton xem. Trận đấu giữa hai đội thuộc hai trường. Các nhà nghiên cứu nhận thấy sinh viên của mỗi trường nghĩ rằng đội của trường mình đều phạm ít lỗi hơn đội bạn. Họ cũng đánh giá lỗi của đội bạn thấy rõ hơn lỗi của đội mình. Điều này làm nổi bật một trong những tác dụng đáng kể hơn của thành kiến, là khả năng ảnh hưởng đến cách tiếp nhận thông tin của chúng ta. Người có thành kiến tìm kiếm thông tin khẳng định quan điểm của mình như trong nghiên cứu của Hastorf và Cantril.

Chúng ta nghĩ đến cùng một thông tin theo cách khác nhau tùy vào việc liệu chúng ta có thành kiến đối với nguồn thông tin hay không. Năm 1948, Asch phát cho hai nhóm sinh viên Mỹ cùng một lời trích dẫn chính trị như nhau nhưng cho mỗi nhóm biết có các nguồn khác nhau. Một nhóm được cho biết trích dẫn này là của John Adams (một anh hùng trong Cách mạng Mỹ) và trích dẫn khác trong tác phẩm Karl Marx (trích dẫn là: *"những người sở hữu tài sản và những người không có tài sản xưa nay hình thành hai giai cấp khác nhau"*). Sinh viên được hỏi xem họ có đồng ý hay bất đồng với lời phát biểu ấy hay không. Những người nghĩ rằng câu đó là của Adams thường có khuynh hướng đồng ý, nhưng những người nghĩ rằng câu đó là của Marx thường không đồng ý.

LÝ THUYẾT THÀNH KIẾN

Nói chung, khi nói về thành kiến chúng ta thường ám chỉ những điều kiện tiêu cực: mang thành kiến chống lại người khác. Nhiều lý thuyết khác nhau được đề xuất trong nỗ lực giải thích thành kiến. Nói rộng ra, chúng được phân loại thành 4 nhóm: giải thích sinh học, giải thích phân tâm học, giải thích văn hóa và giải thích nhận thức xã hội.

GIẢI THÍCH THÀNH KIẾN THEO SINH HỌC

Tiếp cận này phát xuất từ những ngoại suy từ hành vi động vật do các tác gia chẳng hạn như Ardrey, Lorenz, Morris và gần đây hơn là các nhà sinh học xã hội Dawkins và Wilson đề xướng. Về cơ bản, tiếp cận gồm quan điểm cho rằng hành vi xã hội ở con người về cơ bản giống với hành vi xã hội ở động vật. Trong cách nhìn này, động cơ thúc đẩy xã hội và các kiểu hành vi của chúng ta đều do ảnh hưởng di truyền trực tiếp "gây ra", được kế thừa qua sự chọn lọc tiến hóa (trong phần cuối sách này, chúng ta khảo sát một số tiếp cận giản hóa luận để tìm hiểu con người lẫn sự tiến hóa).

Ardrey (1966) cho rằng con người hành động theo **mệnh lệnh vùng.** Ông phát biểu rằng bản năng cơ bản trong nhân tính là phải bảo vệ một vùng nào đó chống lại tất cả những kẻ mới đến, cả chiến tranh lẫn thành kiến phân biệt chủng tộc nên được xem là những kết quả không thể tránh khỏi của xu thế cơ bản này. Lorenz cũng xem sự gây hấn và khuynh hướng tấn công người lạ là đặc điểm cơ bản trong nhân tính, tiếp theo công trình của ông, Morris (1967) xem con người hoàn toàn là "loài khỉ trần truồng" và lập luận rằng mâu thuẫn và thành kiến giữa các nhóm về cơ bản là hiện tượng giống như một bầy khỉ đầu chó tiến hành cuộc tranh chấp về vùng với bầy khỉ đầu chó khác.

Với sự ra đời của ngành xã hội sinh học, lý thuyết tinh tế hơn, nhưng thông tin chung vẫn như nhau: mâu thuẫn giữa các nhóm và thành kiến từ mâu thuẫn như thế là kết quả không thể tránh được trong cấu trúc di truyền của nhân tính. Trong lý thuyết sinh học xã hội do Wilson (1975) đề xướng, Dawkins (1976) phổ biến, **sự ghét người lạ** (sợ và có thái độ thù địch đối với người lạ) phát sinh từ khuynh hướng bảo vệ những người có cùng gien. Sự chọn lọc họ hàng này theo lý thuyết sinh học xã hội đảm bảo rằng những người có gien khác nhau tự động bị đối xử với thái độ nghi ngờ và thù địch.

Có nhiều chỉ trích đối với loại quan điểm này, chúng ta sẽ nghiên cứu một số trong Chương 22. Hayes (1995) nêu rằng một trong những đặc điểm đặc biệt của loại thuyết quyết định sinh học này là nguyên nhân sinh học – cho dù đó là "gien" hay "chọn lọc tự nhiên" – được sử dụng như một khái niệm "thần bí" như thể có thể giải thích mọi chuyện. Nhưng nếu chúng ta phải nghiên cứu các vấn đề xã hội phức tạp như thành kiến, chúng ta cũng cần xét đến những gì đang diễn ra ở nhiều mức độ khác nhau hơn là đưa ra những nguyên nhân giản dị thái quá. Vả lại như Rose, Kamin và Lewontin (1984) đã nêu, sự giống nhau không phải là tính tương đồng – cùng một loại như nhau. Một hành động gây hấn ở một động vật hoàn toàn khác với một hành động gây hấn ở con người, cả trong nghĩa nguyên nhân lẫn cách biểu hiện.

Giải thích thành kiến theo phân tâm học

Về cơ bản, các mô hình phân tâm học xem thành kiến phát sinh từ những động cơ sâu xa trong cá nhân. Giải thích cho những động cơ này cũng khác nhau: Freud (1920) cho rằng tất cả chúng ta đều có "bản năng chết" cơ bản mà ông gọi là **trạng thái chết giả**, đối lập với năng lượng khẳng định sự sống là **dục tình (libido),** dẫn chúng ta đến những quá trình hành động phá hoại và tiêu cực. Chiến tranh và thành kiến được giải thích như những biểu hiện của năng lượng phá hoại trạng thái giả chết, vì Freud xem xã hội rộng hơn đang phản ánh những đặc điểm tâm lý học của cá nhân hình thành xã hội ấy.

Một tiếp cận khác cũng trên cơ sở nguyên tắc phân tâm học do Adorno *và người khác* đề xuất năm 1950. Họ cho rằng nền tảng thành kiến xã hội nằm trong sự hình thành nhân cách cụ thể mà một số cá nhân biểu hiện. Họ gọi điều này là **nhân cách độc đoán.** Chúng ta nghiên cứu thuyết nhân cách này chi tiết trong Chương 7, nhưng nói chung, thuyết phát biểu rằng một số loại người so với người khác có khuynh hướng mang thành kiến và trừng phạt trong thái độ đối với người ngoài nhóm nhiều hơn. Nguồn gốc của điều này có từ những kinh nghiệm thời thơ ấu: những người như thế có bố mẹ áp dụng kỷ luật cứng nhắc, kiên quyết, tạo ra một cơ chế phòng thủ gọi là **hình thành phản ứng,** có nghĩa là họ nhận thấy thật khó đối phó với những điều mơ hồ và phải tìm hiểu vấn đề theo nghĩa trắng đen minh bạch. Do đó, họ không khoan dung đối với những người "khác" mình hay không hành xử theo cách họ xem là "bình thường".

Giải thích của Adorno có lúc rất thịnh hành. Một số nghiên cứu chứng minh rằng những người có nhân cách theo kiểu độc đoán có khuynh hướng có hành vi thành kiến nhiều hơn người khác. Năm 1960, Rokeach triển khai lý thuyết, cho rằng đặc điểm nhân cách khác có thể liên kết với thành kiến là **chủ nghĩa giáo điều** (chúng ta cũng nghiên cứu trong Chương 7). Loại nhân cách này áp dụng cho những người tả khuynh trong chính trị cũng như những người hữu khuynh trong chính trị (công trình của Adorno phần lớn liên quan đến hình thức chủ nghĩa độc đoán hữu khuynh còn gọi là chủ nghĩa phát xít). Rokeach cho rằng những người giáo điều và cứng nhắc trong suy nghĩ dễ biểu hiện hành vi có thành kiến cực đoan hơn những người có quan điểm cân bằng hơn.

Tuy nhiên, một tiếp cận bất kỳ dùng để giải thích hiện tượng xã hội hoàn toàn theo nghĩa cá nhân như thế nên có những giới hạn gì như là một giải thích thành kiến xã hội. Một người có mô tả nhân cách cụ thể sẽ hướng sự thù địch về người ngoài nhóm nhưng các nhóm khác nhau được nhận dạng như mục tiêu trong những thời điểm khác nhau: thành kiến không phải lúc nào cũng nhắm đến cùng một nhóm. Ngoài ra, văn hóa khác biệt biểu hiện mức độ thành kiến xã hội khác nhau, cho dù chúng biểu hiện sự đa dạng trong các loại nhân cách. Bối cảnh xã hội của hành vi và việc chọn mục tiêu là các yếu tố quan trọng trong việc tìm hiểu thành kiến.

Giải thích thành kiến theo văn hóa

Middleton (1976) chứng minh rằng trong số những người có điểm số cao trong thang điểm F (thang điểm F là cách đánh giá chủ nghĩa độc đoán của Adorno), những người đến từ các bang miền nam nước Mỹ thể hiện thái độ chống người da đen cực đoan hơn thái độ của họ chống người Do Thái hay Kitô hữu. Tuy nhiên, điều này không phải như thế đối với những người mang tính độc đoán cao ở các bang miền bắc, không bài trừ người da đen kiên quyết như thế. Thông lệ xã hội và văn hóa nói chung ít bị thành kiến, điều này được phản ánh trong thái độ của cá nhân.

Chủ nghĩa phân biệt chủng tộc cũng thay đổi tâm điểm khi xã hội thay đổi. Ở Anh trong thế kỷ 19, tiêu điểm chính của chủ nghĩa phân biệt chủng tộc thay đổi từ người Do Thái chuyển sang người da đen (nhất là những nhóm Tây Ấn), sau đó đến người châu Á (nhất là các nhóm Pakistan). Ở Đức, tâm điểm chính trong những năm gần đây là người Thổ Nhĩ Kỳ đến Đức làm việc, trong khi vào nửa đầu thế kỷ 20 chủ yếu nhắm vào người Do Thái. Các nhóm khác vẫn bị phân biệt chủng tộc nhưng những mục tiêu cụ thể này đã nhận được thái độ thù địch nhất của những kẻ phân biệt chủng tộc trong những thời điểm này. Lý thuyết thành kiến toàn diện cần phải giải thích sự chọn lựa mục tiêu cũng như nhân cách của người hình thành.

Điều chắc chắn là văn hóa của một xã hội có ảnh hưởng đáng kể đối với thành kiến của cá nhân. Nếu một nhóm trong xã hội có đặc quyền, trong khi nhóm khác không có thì những người có đặc quyền có suy nghĩ bảo vệ, trong khi những người không có cảm thấy đố kỵ, thất vọng. Rogers và Frantz (1962) nhận thấy số di dân da trắng đến vùng đất lúc bấy giờ gọi là Nam Rhodesia, nay là Zimbabwe phát triển thái độ chống người da đen nhiều hơn khi càng ở lâu trong xứ này. Điều này cho thấy thái độ của họ đang điều chỉnh phù hợp với văn hóa da trắng phân biệt chủng tộc trong đó họ tìm thấy mình.

Văn hóa tích cực cũng có tác dụng của nó: Bagley và Verma (1979) chứng minh rằng các mức độ đối xử phân biệt chủng tộc ở Hà Lan thấp hơn nhiều so với ở Anh, mặc dù tỉ lệ số người da đen so với da trắng xấp xỉ như nhau. Xã hội và văn hóa Hà Lan không tán thành thành kiến, đến mức mặc dù thành kiến tồn tại ở mức độ nào đó, chủ yếu ở những người lớn tuổi hơn hay ở giai cấp lao động nhiều hơn, người ta không chấp nhận hay thể hiện thành kiến công khai – kết quả ít có thành kiến hơn.

Một giải thích thành kiến theo văn hóa gọi là **lý thuyết giơ đầu chịu báng.** Lý thuyết này xem thành kiến phát sinh vì một số nhóm thiểu số trong xã hội là những người giơ đầu chịu báng đối với những tình huống bị tước đoạt về phương diện xã hội hay kinh tế nói chung. Thành kiến chủng tộc ở số thành viên kém khá giả hơn và trình độ ít hơn trong xã hội thường cao hơn, thành kiến phát sinh trong những thời điểm sự tước đoạt về phương diện xã hội hay nạn thất nghiệp gia tăng. Hovland và Sears (1940) phân tích số vụ hành hình kiểu Lynch ở các bang miền nam nước Mỹ trong từng năm, và nhận thấy đều liên quan đến giá bông vải. Năm nào giá bông (cây trồng chính ở các tiểu bang này) thấp hơn mong đợi thì số vụ hành hình nhiều hơn, năm nào giá bông cao hơn, số vụ hành hình ít hơn. Hovland và Sears giải thích điều này theo nghĩa lý thuyết giơ đầu chịu báng: công kích tạo ra do thất vọng kinh tế của những nông dân trồng bông được chuyển chỗ nhắm vào dân số da đen.

Mặc dù điều quan trọng là phải xét ảnh hưởng của văn hóa đối với thành kiến nhưng cũng rõ rằng, khi dùng để giải thích, văn hóa chỉ cho biết một phần câu chuyện. Không phải mọi người trong một xã hội bất kỳ đều có thành kiến ở cùng mức độ như nhau, chính văn hóa qua thời gian cũng thay đổi. Brown (1985) xem các tiêu chuẩn xã hội và văn hóa còn quan trọng hơn nhân cách khi xác định thành kiến, chứng cứ của Bagley và Verma có vẻ cho rằng điều này có thể đúng như thế. Nhưng trong mức độ xã hội, thành kiến biểu hiện bằng những sự cố nhỏ, mang tính cá nhân: ở đây người da đen bị đuổi việc, ở đó một phụ nữ bị phớt lờ không có đóng góp gì trong buổi họp, tấn công một cá nhân cụ thể do phân biệt chủng tộc ở một nơi khác. Nếu chúng ta thực sự hiểu được cách tác động của thành kiến thì chúng ta cũng xét đến những gì đang diễn ra trong suy nghĩ của những người biểu hiện thành kiến.

Lý thuyết thành kiến theo nhận thức xã hội

Trong Chương 14, chúng ta đã biết Tajfel cho rằng tư cách thành viên trong các nhóm xã hội của chúng ta hình thành một bộ phận có ý nghĩa trong việc nhận dạng. Tajfel đưa ra lý thuyết trong nỗ lực giải thích mâu thuẫn và thành kiến giữa các nhóm với nhau ở châu Âu và trong Thế chiến II biểu hiện rõ ra sao có thể diễn ra trong những hình thức cực đoan như thế, khi phần lớn dân chúng đều là những cá nhân bình thường, tử tế.

Năm 1969, Tajfel nhận dạng 3 cơ chế nhận thức hoạt động như cơ sở thành kiến xã hội. Thứ nhất là **sự phân loại:** cách chúng ta phân loại thông tin thành các tập hợp hay nhóm. Tajfel xem điều này là yếu tố cơ bản trong chức năng nhận thức ở con người, chẳng hạn dựa vào nghiên cứu hình thành khái niệm mà chúng ta đã khảo sát trong Chương 5. Năm 1954, Allport nêu rõ thành kiến hoạt động trên cơ sở suy nghĩ rập khuôn, suy nghĩ này lệ thuộc vào khuynh hướng nhận thức khi phân loại.

Quá trình thứ hai được Tajfel phác họa vào năm 1969 là **sự đồng hóa** hiểu biết xã hội. Theo Tajfel, những đánh giá như "tốt", "xấu", "thích" và "không thích" trở thành cố định vững chắc như những ấn tượng có thật ngay từ nhỏ, và giữ tác dụng cho đến tuổi trưởng thành. Đây là hiểu biết xã hội mà trẻ học được từ những người xung quanh. Thực tế xã hội của trẻ – gồm phán đoán đánh giá – được xác định bằng nguồn thông tin chính về thế giới do gia đình cung cấp, không có chỗ dành cho quan điểm khác. Vì thế trẻ sẽ chọn lấy quan điểm đánh giá từ gia đình của mình, áp dụng chúng vào hiểu biết thế giới ngày càng tăng ở trẻ.

Tajfel và Jahoda (1966) tìm hiểu thái độ của trẻ em Anh đối với các nước khác bằng nhiều trò chơi gián tiếp (chẳng hạn như cho trẻ nhiều ô vuông bằng nhựa màu đen với kích thước khác nhau, bảo trẻ chọn ô tượng trưng cho nước của mình, sau đó các ô tương ứng với diện tích của nước Mỹ, Pháp, Đức và Nga). Họ nhận thấy ở trẻ 6-7 tuổi, trẻ đồng ý với nhau về nước nào thích hay không thích nhiều hơn là diện tích, thậm chí ở trẻ 10 – 11 tuổi cũng nhất trí về sở thích nhiều hơn về thông tin thực tế.

Khi khuynh hướng đồng hóa hiểu biết xã hội này phối hợp với khuynh hướng phân loại, ngụ ý rằng có một khuynh hướng đánh giá các nhóm người ngay từ nhỏ rất rõ nét. Theo Tajfel, sự phân loại tạo ra một khung định dạng và sự đồng hóa tiêu chuẩn xã hội tạo ra nội dung.

Cơ chế nhận thức thứ ba do Tajfel nhận dạng gồm **tìm kiếm cố kết,** liên quan đến cách giải thích những gì đang diễn ra đối với mình và đối với người khác của một cá nhân cụ thể. Chúng ta muốn hiểu điều gì đang diễn ra quanh mình, tìm lý do giải thích tại sao sự việc lại như thế. Ở điểm này, cơ chế quy kết tình huống và khuynh hướng mà chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 15 đã có tác dụng. Trong trường hợp thành kiến xã hội, chính nhóm (đã theo suy nghĩ rập khuôn và không thích vì hai cơ chế khác) chắc chắn được xem là những đặc điểm ổn định và phân biệt.

Những nhận xét này về khía cạnh nhận thức trong thành kiến hình thành cơ sở phát triển lý thuyết đồng nhất xã hội (Chương 15). Trong thuyết này, Tajfel và Turner (1979) cho rằng một trong những khía cạnh quan trọng nhất của đồng nhất nhóm liên quan đến cách phản ánh lòng tự trọng của chính cá nhân với tư cách thành viên của nhóm. Con người không chỉ tự phân loại mình thuộc về nhóm này hay nhóm khác. Tư cách thành viên nhóm của họ có nghĩa một điều gì đó riêng tư đối với họ – họ đồng nhất với nhóm của mình. Vì trong thế giới thực, các nhóm xã hội khác nhau về địa vị và quyền lực tương đối, so sánh xã hội có nghĩa con người so sánh nhóm của riêng mình với nhóm của người khác và tìm hiểu lý do tại sao nhóm của họ lại "tốt hơn". Điều này cũng bao gồm việc gièm pha những người "khác" mình.

Thành kiến giữa các nhóm theo mô hình này phát triển qua ba cơ chế. Thứ nhất, như trước đây, có quá trình phân loại trong đó các nhóm khác nhau được đồng nhất và cá nhân được phân loại thuộc về nhóm này hay nhóm khác. Tiếp đến là quá trình **nhấn mạnh**. Sự khác nhau giữa các nhóm được phóng đại, thành viên của các nhóm khác được xem là "như nhau" hay theo suy nghĩ rập khuôn. Trong điều kiện kình chống xã hội chẳng hạn như xảy ra trong thời điểm suy thoái kinh tế, sự nhấn mạnh này dẫn đến giai đoạn thứ ba **mâu thuẫn giữa các nhóm**. Các nhóm được xem đang cạnh tranh trực tiếp với nhau, sự kình chống giữa các nhóm xã hội trở nên quyết liệt (Tajfel, 1981).

Một trong những vấn đề quan trọng nên nhớ về quá trình này là tư cách thành viên nhóm của cá nhân đã được **nhập tâm hóa** – đây là một phần trong khái niệm về cái tôi của riêng mình, hơn là "vai trò" bên ngoài mà họ chấp nhận, cũng là một phần đáng kể trong cách họ nghĩ về mình. Nhưng con người cũng phản ứng với nhau trong tư cách cá nhân không phải chỉ như đại diện cho nhóm xã hội của mình. Chính trong cách này, theo thuyết đồng nhất xã hội, một người mang thành kiến chống lại nhóm xã hội khác nói chung trong khi vẫn còn tình bạn riêng tư với cá nhân thành viên trong nhóm ấy.

Ban đầu, Tajfel lập luận rằng sự tồn tại đánh giá của các nhóm khác nhau cũng đủ để cho thành kiến giữa hai nhóm phát triển. Nhưng nghiên cứu gần đây hơn cho thấy mâu thuẫn giữa các nhóm nói chung lớp không thể tránh được. Mummendey và Schreiber (1984) cho rằng nghiên cứu chứng minh mâu thuẫn giữa các nhóm là không thể tránh, chỉ vì chúng buộc con người phải chọn lựa giữa các nhóm khác nhau. Nếu con người được phép hành động hợp tác hay phải đánh giá nhóm khác "cũng tốt tương đương", thì mâu thuẫn giữa các nhóm thường không xuất hiện. Capozza và Volpato (1990) nhận thấy rằng trong đời thực, mâu thuẫn nhóm có thể giảm bớt nếu các nhóm khác nhau được xem là dễ phân biệt chứ không cạnh tranh với nhau.

Đồng nhất xã hội khi ấy không chắc dẫn đến thành kiến, mặc dù có thể như thế nếu nhóm được xem là đang mâu thuẫn với nhau. Một lập luận chung của những người phân biệt chủng tộc trong hầu hết các xã hội là thành viên của nhóm bị ghét "đang chiếm hết công việc" – một lập luận mà thực ra hoàn toàn trái ngược sự thật. Sử dụng thuyết đồng nhất xã hội, chúng ta có thể thấy loại lập luận này trực tiếp nhắm đến việc khuyến khích thái độ thù địch giữa các nhóm ra sao, bằng cách mô tả nhóm bị ghét là đang trong tình trạng mâu thuẫn trực tiếp với các nhóm khác trong xã hội.

Các giai đoạn phân biệt đối xử xã hội của Allport

Phân biệt đối xử xã hội không chỉ xảy ra cùng lúc: nó hình thành, nếu không bị xã hội phủ nhận trực tiếp. Năm 1954, Allport nhận dạng năm giai đoạn qua đó thành kiến có thể tự biểu hiện trong hành vi con người. Mỗi giai đoạn trong số năm giai đoạn này được nhìn thấy ở nước Đức quốc xã, theo cách đối xử của xã hội đối với người Do Thái, và phần lớn cách đối xử ấy cũng được nhìn thấy trong hệ thống phân biệt chủng tộc của chế độ apartheid ở Nam Phi cho đến thời gian gần đây. Các giai đoạn được liệt kê trong Bảng 17.4. Bằng cách xét đến các giai đoạn của Allport theo nghĩa chúng tự biểu hiện trong xã hội, và hiện nay vẫn còn, chúng ta nhận thấy nghiên cứu thành kiến – nhất là thành kiến dân tộc – vẫn còn dai dẳng, với những ngụ ý nghiêm trọng đối với xã hội.

NGUYÊN TẮC THÀNH KIẾN DÂN TỘC

Số lượng nghiên cứu tâm lý học đáng kể đối với thành kiến trong xã hội chúng ta tập trung vào thành kiến dân tộc hay

Bảng 17.4 Các giai đoạn thành kiến xã hội của Allport

1. *Phát biểu bài xích*	Nói chuyện thù địch và gièm pha bằng lời như tuyên truyền bài xích người Do Thái thịnh hành ở nước Đức thời tiền chiến.
2. *Lảng tránh*	Giữ khoảng cách, mặc dù không làm phương hại thực sự. Chúng ta nhìn thấy thái độ này trong sự phát triển các khu da đen ngày nay. Ở nước Đức quốc xã, người Do Thái bị lựa chọn phải mang "sao David" màu vàng sao cho dễ nhận dạng họ với những người Đức khác.
3. *Đối xử phân biệt*	Loại trừ không được hưởng quyền công dân, việc làm, nhà ở, v.v... Loại trừ trở thành vấn đề trong chính sách nhà nước ở nước Đức quốc xã và Nam Phi, nhưng cũng xuất hiện trong các nhóm thiểu số hưởng đặc quyền rất thấp ở phương Tây – mặc dù thất nghiệp ảnh hưởng đến cả hai nhóm, người da đen ở Anh chắc chắn bị thất nghiệp nhiều hơn người da trắng.
4. *Tấn công cơ thể*	Hành động bạo lực nhắm vào tài sản và con người phổ biến ở nước Đức quốc xã, cũng như ở Nam Phi và một số vùng nước Anh.
5. *Hủy diệt*	Bạo lực không phân biệt nhắm vào toàn bộ dân số, đạt đến mức biểu hiện khủng khiếp nhất khi Đức quốc xã cố gắng hủy diệt người Do Thái thông qua các phòng hơi ngạt Auschwitz và các trại tập trung khác.

Nguồn: Allport, 1954

Bảng 17.5 Nguyên tắc thành kiến dân tộc

1. Có hai loại thành kiến tương tác: một trên cơ sở nhân cách, một trên cơ sở thông tin sai và nhu cầu giảm thiểu xử lý nhận thức.

2. Khi các nhóm đang cạnh tranh hay mâu thuẫn, thái độ phân biệt đối xử ủng hộ người trong nhóm và chống người ngoài nhóm trở thành tiêu chuẩn xã hội.

3. Chúng ta càng ít thông tin về một người thì càng có khả năng rơi vào suy nghĩ rập khuôn.

4. Thái độ và suy nghĩ rập khuôn được xã hội chấp nhận có ảnh hưởng sâu rộng, được biết đến nhiều nhất, đối với hành vi con người.

5. Thành kiến có thể tự thực hiện, tạo ra "chứng cứ" của riêng mình.

6. Nhóm người là đối tượng bị thành kiến thay đổi từ nhóm này đến nhóm khác.

7. Thành kiến vẫn ổn định với điều kiện tiêu chuẩn còn ổn định, và thay đổi khi tiêu chuẩn xã hội thay đổi.

8. Trí năng, trình độ và giai cấp xã hội thể hiện mối quan hệ tiêu cực với thành kiến.

9. Trẻ có được thái độ và thành kiến từ bố mẹ và gia đình.

10. Trẻ đối xử phân biệt giữa các nhóm dân tộc khác nhau từ nhỏ nhưng không phát triển thái độ và thiên vị ổn định cho đến khi lớn tuổi hơn.

Nguồn: Bethlehem, 1985.

chủng tộc. Điều này một phần vì loại thành kiến này rành rành dễ thấy, và phần vì cách đối xử của nước Đức quốc xã với các dân tộc Do Thái, Ba Lan và Gypsy cho thấy, nơi thành kiến chủng tộc cực đoan có thể dẫn đến cách đối xử khủng khiếp như thế. Bethlehem (1985) nhận dạng 10 nguyên tắc thành kiến dân tộc, tóm tắt phần lớn nghiên cứu trong lĩnh vực này. Bảng 17.5 liệt kê 10 nguyên tắc, chúng ta điểm qua lần lượt từng nguyên tắc này.

1. Có hai loại thành kiến tương tác: một trên cơ sở nhân cách, một trên cơ sở thông tin sai và nhu cầu giảm thiểu xử lý nhận thức.

Chúng ta đã nghiên cứu thuyết nhân cách độc đoán do Adorno *và người khác* phát triển năm 1950. Bagley *và người khác* (1979) tìm hiểu thái độ của học sinh trung học đối với những người thuộc các nhóm chủng tộc khác. Họ nhận thấy những người có thành kiến đối với một nhóm này thường cũng có thành kiến đối với các nhóm khác. Vì thế, chẳng hạn, nếu một người không thích người da đen thì họ cũng có khuynh hướng không thích người Pakistan. Điều này cung cấp một số ủng hộ đối với quan điểm cho rằng một số loại người có thể mang thành kiến nhiều hơn loại người khác – cơ sở của tiếp cận "nhân cách".

Nhưng cũng có chứng cứ cho rằng con người cố giảm bớt gánh nặng nhận thức, và sử dụng suy nghĩ rập khuôn để làm điều này. Taylor *và người khác* (1978) ghi âm một vài phiên bản của cùng cuộc đối thoại, một phần đối thoại có thể giới thiệu cho người nghe như thể là do người khác nói. Khi người tham gia nghiên cứu nghe các cuộc đối thoại, hình ảnh của người nói được chiếu thoáng qua trên màn hình. Người nói khác nhau theo màu da, có thể gồm cả hai phái. Những người tham gia nghiên cứu được nghe một số cuộc đối thoại, về sau được hỏi đã nhớ người nào phát biểu ý kiến gì. Taylor *và người khác* nhận thấy người tham gia nghiên cứu thường lẫn lộn những người trong cùng phân loại. Chẳng hạn, nếu người nói ban đầu là một phụ nữ da đen, nếu người tham gia nghiên cứu phạm lỗi, bằng cách quy kết nhận xét cho một phụ nữ da đen khác, cho thấy suy nghĩ rập khuôn đang được sử dụng để làm giảm số lượng thông tin phải được lưu nhớ.

2. Khi các nhóm đang cạnh tranh hay mâu thuẫn, thái độ phân biệt đối xử ủng hộ người trong nhóm và chống người ngoài nhóm trở thành tiêu chuẩn xã hội.

Điều này được minh họa rất rõ ràng trong nghiên cứu "sào huyệt bọn cướp" của Sherif (Sherif *và người khác*, 1961). Sherif cho rằng sau cùng thành kiến phát sinh từ 2 nhóm ganh đua nhau đối với cùng một mục đích. Để minh họa, Sherif *và người khác* lập ra 2 nhóm ganh đua từ một nhóm gồm 22 nam sinh đang dự trại hè. Lúc đầu, các em không biết sự có mặt của nhau vì ở trong các lán trại nằm khuất tầm nhìn. Các em được phép sau một vài ngày gặp nhau một lần, khi đã có đủ thời gian để bắt đầu phát triển mối quan hệ tốt với các thành viên khác của người trong nhóm.

Người tổ chức sắp xếp một cuộc thi quan trọng giữa hai nhóm, các em nhanh chóng phát triển khả năng suy nghĩ rất rõ nét "người trong nhóm" và "người ngoài nhóm". Các em nhận thấy thành viên thuộc nhóm của mình là "dũng cảm" và "cừ khôi", trong khi các em thuộc nhóm khác được xem là "khó chịu" và "không trung thực". Sự kình chống này trở nên quyết liệt và thường gay gắt hơn. Tuy nhiên, người tổ chức có thể xóa bỏ thành kiến đã được phát triển khi vấn đề phát sinh trong việc chuyên chở có nghĩa là tất cả các em phải cùng hợp tác để giải quyết – tất cả phải cố gắng kéo chiếc xe tải đang bị sa lầy. Tiếp đến người tổ chức sắp xếp nhiều sự kiện hợp tác, điều này có nghĩa các em nhanh chóng kết bạn lại với nhau.

Tuy nhiên, Tyerman và Spencer (1983) cho rằng nghiên cứu của Sherif không phải là minh họa xung đột và thành kiến thích hợp vì cảm nghĩ xấu giữa hai nhóm phần lớn do con người tạo ra. Các em đã quen biết nhau trước đó, khi nghiên cứu kết thúc lại là bạn của nhau vì thế không chắc có cảm giác giống như loại chia rẽ hay cảm xúc trong thành kiến chủng tộc.

3. Chúng ta càng ít thông tin về một người thì càng có khả năng rơi vào suy nghĩ rập khuôn.

Hepburn và Locksley (1983) yêu cầu người tham gia nghiên cứu điền vào bảng câu hỏi được hỏi về đặc điểm của các nhóm xã hội khác nhau: người da đen, người da trắng, người béo phì và những người khác. Bảng câu hỏi yêu cầu đánh giá tỉ lệ những người trong mỗi nhóm rất có thể phù hợp với một đặc điểm cụ thể như bốc đồng, thích thể thao, v.v… Những đặc điểm này được chọn để phản ánh suy nghĩ rập khuôn chung. Người tham gia nghiên cứu cũng được cung cấp nhiều thông tin khác nhau về nhóm họ phải đánh giá.

Hepburn và Locksley nhận thấy càng cung cấp thông tin nhiều hơn thì họ càng ít sử dụng suy nghĩ rập khuôn theo quy ước hơn. Tuy nhiên, một nghiên cứu tương tự của Quattrone và Jones, năm 1980, chứng minh rằng điều này chỉ áp dụng cho những người tham gia nghiên cứu không mang nặng thành kiến. Những người mang nặng thành kiến sử dụng suy nghĩ rập khuôn rất kiên quyết bất kể lượng thông tin được người khác cung cấp.

4. Thái độ và suy nghĩ rập khuôn được xã hội chấp nhận có ảnh hưởng sâu rộng, được biết đến nhiều nhất, đối với hành vi con người.

Nhiều nghiên cứu chứng minh rằng có sự nhất trí rộng giữa con người về đặc điểm và hành vi mong đợi của những người từ các nhóm xã hội khác. Buchanan (1951) nghiên cứu thái độ của nhiều người trong 9 nước khác nhau: Anh, Pháp, Đức, Ý, Hà Lan, Na Uy, Mexico và Mỹ. Những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu chọn từ danh sách được phát cho họ, tính từ nào thích hợp nhất để mô tả con người ở các nhóm khác nhau.

Mặc dù những người tham gia nghiên cứu được phép phát biểu rằng họ không thể mô tả đặc điểm nhóm quốc gia theo cách này hay trả lời "không biết", nhưng hầu hết đều rất tin vào đánh giá của mình. Buchanan cũng nhận thấy có sự nhất trí đáng kể giữa nhiều người: người Mỹ được đánh giá là thực dụng, người Nga làm việc cần cù, độc đoán, quả cảm, tàn bạo và chậm tiến, người Anh thông minh, tự chủ và kiêu ngạo. Số lượng nhất trí cho thấy rằng con người biết rất rõ suy nghĩ rập khuôn phổ biến đang được sử dụng trong thời điểm.

5. Thành kiến có thể tự thực hiện, tạo ra "chứng cứ" của riêng mình.

Word, Zanna và Cooper (1974) yêu cầu sinh viên da trắng phỏng vấn sinh viên khác, da trắng hay da đen. Mặc dù những người tham gia nghiên cứu không phải là những cá nhân mang nặng thành kiến, khi họ nghiên cứu sự ghi chép hành vi không bằng lời của sinh viên, nhận thấy rằng sinh viên ngồi cách xa người phỏng vấn da đen hơn là người phỏng vấn da trắng. Họ cũng có nhiều lỗi trong lời nói hơn và kết thúc buổi phỏng vấn nhanh hơn. Một đề nghị cho rằng việc thiếu tiếp xúc tương đối với người da đen đã làm cho họ căng thẳng hơn khi phỏng vấn sinh viên da trắng.

Những khác biệt nho nhỏ như thế trong hành vi không bằng lời có thể truyền đạt thông tin quan trọng đối với người khác. Nếu một người bị "gọi tên" trong cách nào đó, và biết điều này, sau đó họ có khả năng hành động phù hợp – trở thành **dự đoán tự thực hiện.** Aronson và Osherow (1980) báo cáo một mô tả do một giáo viên tiến hành, ban đầu nhằm mục đích giúp lớp tìm hiểu thành kiến xã hội thực ra là gì, mô tả được tái tạo nhiều lần, giáo viên một hôm thông báo với lớp rằng từ hôm nay trở đi học sinh mắt nâu vượt trội hơn sẽ "cai quản lớp", được thêm đặc quyền và nhiều thời gian rảnh hơn. Trong khi học sinh mắt xanh phải ngồi cuối lớp, phải chờ cuối hàng và có ít thời gian tự do vui chơi hơn.

Ngay sau đó, học sinh mắt xanh trong học tập bắt đầu học kém hơn, tự mô tả mình tiêu cực hơn, trở nên trầm cảm hay giận dữ. Học sinh mắt nâu dọa nạt và hống hách, nhận xét người khác thật thô tục. Vào ngày hôm sau thay đổi vai trò sao cho học sinh mắt xanh trở thành "người cai quản". Ngay sau đó mọi việc thay đổi hoàn toàn. Đây là một chứng minh rất thuyết phục về quá trình đối xử phân biệt cơ sở hóa dẫn đến kết quả thành tựu kém, thiếu động cơ thúc đẩy, đôi khi tìm thấy trong số thành viên của nhóm thiểu số bị đàn áp, và chứng minh sự tồn tại của thành kiến trở thành tự thực hiện ra sao.

Snyder, Tanke và Berscheid (1977) yêu cầu người tham gia nghiên cứu nói chuyện qua điện thoại với một người lạ. Họ là những cặp gồm hai phái, không biết mặt nhau. Người tham gia nghiên cứu nam được xem ảnh cho rằng đó là người họ đang nói chuyện. Cuộc đối thoại được ghi âm, sau này một nửa cuộc đối thoại do những người tham gia nghiên cứu nữ nói (chứ không phải nam) phát của cho một nhóm người khác nghe. Họ được yêu cầu đánh giá giọng nói của phụ nữ mà họ đã nghe. Đánh giá cho thấy phụ nữ phải "hòa hợp" với suy nghĩ rập khuôn với số người nam từ ảnh chụp. Những phụ nữ có người ghép cặp chụp ăn ảnh được đánh giá là hòa đồng, nồng nhiệt, thận trọng, vui vẻ hơn những phụ nữ mà người ghép cặp với họ có hình chụp không ăn ảnh.

6. Nhóm người là đối tượng bị thành kiến thay đổi từ nhóm này đến nhóm khác.

Như chúng ta đã thấy, nếu quan sát chung quanh, chúng ta nhận thấy mục tiêu thành kiến xã hội khác nhau ở những nơi khác nhau. Chẳng hạn, ở Bắc Ailen sự phân biệt chính làm cơ sở cho thành kiến là tôn giáo – một người theo đạo Cơ đốc hay Tin lành. Ở Nam Phi chính màu da dùng làm cơ sở để đối xử phân biệt và thành kiến xã hội. Mặc dù về kinh tế những đặc điểm này thường có khuynh hướng liên kết với các vấn đề chung hơn, vì sự phân loại con người thành các nhóm cứng nhắc như thế, thường đi kèm với một nhóm có tiếp cận tốt hơn đối với những tài sản được xã hội mong muốn hơn các nhóm khác. Chẳng hạn một nhóm sẽ có nhà ở tốt hơn, dễ xin việc hơn và địa vị xã hội cao hơn nhóm khác.

Điều này cũng ngụ ý rằng thành viên của nhóm bị đối xử phân biệt không thuộc cùng phân loại giai cấp xã hội được thành viên nhóm khác đánh giá với thành kiến ít hơn. Có một số chứng cứ ủng hộ quan điểm này. Chẳng hạn, Feldman và Hinterman (1975) nhận thấy rằng ở Mỹ, người da đen giai cấp thượng lưu không bị thành kiến giống như người da đen giai cấp thấp hơn gặp phải. Brigham (1971) nghiên cứu thái độ thành kiến của người Mỹ da trắng đối với người da đen, và nhận thấy thái độ này trên cơ sở đặc điểm giai cấp xã hội hơn là màu da.

7. Thành kiến vẫn ổn định với điều kiện tiêu chuẩn còn ổn định, và thay đổi khi tiêu chuẩn xã hội thay đổi.

Vì thành kiến phản ánh tiêu chuẩn xã hội, chúng ta có thể nghĩ thành kiến thay đổi nếu tiêu chuẩn xã hội thay đổi. Đến lượt những thay đổi này tùy thuộc vào bối cảnh chính trị rộng hơn. Chẳng hạn, Buchanan (1951) so sánh nhận thức của người Mỹ đối với người Nga trong năm 1942 khi họ là đồng minh trong cuộc chiến chống Hitler, so với quan điểm của họ trong năm 1948 khi chiến tranh kết thúc. Người Mỹ thể hiện thái độ kém ủng hộ hơn đối với người Nga trong những năm sau chiến tranh so với những năm còn trong cuộc chiến.

Hai nghiên cứu tiến hành ở Zambia minh họa điều này rất rõ. Cả hai nghiên trẻ xuất thân từ gia đình người Anh da trắng, 1/3 từ gia đình gốc Jamaica và 1/3 từ gia đình gốc châu Á. Trong công việc, trẻ không gặp khó khăn. Milner cũng nhận thấy một số nhận xét phân biệt chủng tộc tự phát ở trẻ. Tuy nhiên, Porter (1971) nhận thấy thái độ thể hiện ở trẻ có vẻ không ảnh hưởng đến hành vi nhiều lắm: ngay cả những trẻ có phát biểu phân biệt chủng tộc khi được hỏi về thái độ, cũng rất vui vẻ khi chơi cùng số trẻ thuộc các nhóm dân tộc khác.

SỰ GÂY HẤN VÀ HÀNH VI ĐÁM ĐÔNG

Sự gây hấn là một chủ đề thu hút sự chú ý đáng kể từ các nhà tâm lý học cũng như những người không phải trong ngành tâm lý học - thực ra còn nhiều hơn hành vi giúp đỡ hay bất kỳ khía cạnh tích cực hơn trong tương tác ở con người. Một phần là vì mô hình gây hấn có thể phục vụ một chức năng xã hội quan trọng. Tôi đã đề cập trong Chương 15 mô tả xã hội về gây hấn thường trực tiếp mâu thuẫn với kinh nghiệm của chính con người, tuy nhiên mô hình xã hội cũng rất nguy hiểm và mô hình con người mang tính gây hấn, bạo lực liên tục được giới truyền thông tuyên truyền. Vì thế cũng đáng giá khi nghiên cứu các lý thuyết gây hấn chính do các nhà tâm lý học đưa ra cũng như một số ngụ ý của thuyết.

Gây hấn như một đặc điểm sinh học

Một trong những giải thích phổ biến về sự gây hấn là một số loại đặc điểm sinh học bẩm sinh. Giải thích sự gây hấn theo sinh học có nhiều hình thức. Freud (1920) cho rằng ngoài năng lượng tích cực tạo ra sự sống mà ban đầu ông mô tả trong mô hình nhân cách của mình, con người cũng có năng lượng tiêu cực, phá hủy, khi được phóng thích, tạo ra sự gây hấn và các khía cạnh thuộc "mặt tối" trong nhân tính. Ông gọi năng lượng mặt tối này là trạng thái chết giá trong khi năng lượng tích cực gọi là dục tính. Những mâu thuẫn hiển nhiên trong nhân tính – chúng ta có thể xúc cảm và quan tâm đối với một số hành vi độc ác, mang rợ đối với người khác ra sao – được tạo ra bằng mâu thuẫn xung đột giữa hai năng lượng này, theo thuyết của Freud.

Lorenz (1950) cũng mô tả sự gây hấn như một đặc điểm sinh học – trong trường hợp này, một năng lượng bên trong hình thành trong cá nhân và phải được phóng thích. Nếu không được phóng thích an toàn, trong sự gây hấn nghi thức hóa, chẳng hạn các môn thể thao, theo Lorenz, nó sẽ tràn ra thành sự gây hấn phản xã hội. Nhân tính, trong mô hình của Lorenz, gồm bồn chứa sự gây hấn liên tục được lấp đầy, vì thế phải được kiểm soát và phóng thích an toàn. Mặc dù, thật không may đối với thuyết này, khái niệm "phóng thích an toàn" năng lượng gây hấn đã bị phủ nhận trước chứng cứ cho phép con người có cơ hội trút bỏ sự gây hấn nhưng thực ra có vẻ làm cho họ gây hấn nhiều hơn – chứ không phải ít hơn như Lorenz dự đoán (như Buss, 1966; Loew, 1967).

Jacobs, Brunton và Melville (1965) nhận thấy tí lệ % số cá nhân có nhiễm sắc thể XYY ở tù cao hơn dân số nói chung (1,5% so với khoảng ,01% trong dân số chung), và đi đến lập luận cho rằng sự gây hấn có thể do di truyền quyết định – những người như thế "sinh ra đã là tội phạm". Nhưng bất chấp thuyết này được nhiều người ủng hộ, Witkin *và người khác* (1976) trắc nghiệm hơn 4500 người và không tìm ra chứng cứ cho thấy cá thể XYY gây hấn nhiều hơn người khác. Tương tự, các nghiên cứu khác cho thấy ít có sự ủng hộ đối với quan điểm này.

Gây hấn như tập quen xã hội

Bandura (1977) cho rằng con người hành xử theo cách gây hấn vì (a) họ bắt chước hành vi khi thấy người khác làm mẫu, và (b) họ đã học được, cảm thấy từ việc quan sát người khác rằng hành vi gây hấn tỏ ra có hiệu lực. Trong một loạt mô tả, Bandura và người khác (Bandura và Walters; Bandura, Ross và Ross) chứng minh rằng trẻ học cách hành động gây hấn rất nhanh khi xem phim, nhưng không biểu hiện ngay lập tức trong hành vi của mình. Tuy nhiên, trẻ sẽ có những hành vi này nếu được đặt vào tình huống khi gây hấn là một lợi thế đối với trẻ.

Chính chứng cứ này nằm trong nguồn gốc liên quan đến hình ảnh xã hội vô cùng bạo lực thường được mô tả trên màn hình TV. TV mô tả một số hành vi và tương tác gây hấn có thể khiến trẻ nghĩ rằng hành vi này là những tùy chọn có thể biện minh (Eron *và người khác*, 1972), làm người khác không thể có hành động bạo lực (Thomas *và người khác*, 1977), điều này dẫn đến kết quả những trẻ nào ghiền xem TV đều cho rằng thế giới nguy hiểm hơn thực tế rất nhiều (Gerbner và Gross, 1976). Nhiều sĩ quan cảnh sát lo sợ điều này tạo ra tội phạm "bắt chước mù quáng". Một số nghiên cứu gần đây cho thấy, trái lại, nhiều chương trình nhiều tập trên TV nhất là những chương trình như *Người hàng xóm* rất bổ ích đối với trẻ vì dạy trẻ một tập hợp các kỹ năng xã hội tích cực cũng như giá trị ủng hộ xã hội.

Gây hấn như phản ứng đối với sự thất vọng

Dollard *và người khác* (1939) cho rằng hành vi gây hấn là do thất vọng trong nỗ lực đạt đến mục tiêu cá nhân. Những mục tiêu cá nhân này có thể hiện, chẳng hạn như không đạt được một điều gì đó mà chúng ta biết rằng mình đang nhắm đến, hay ẩn, chẳng hạn như ước muốn có cuộc sống thanh bình. Nói chung, Dollard *và người khác* cho rằng con người không gây hấn nhưng thất vọng là nguyên nhân làm cho nghị lực động cơ thúc đẩy của họ bị thay thế, do đó dẫn đến sự gây hấn. Có một số chỉ trích đối với phiên bản cực đoan của lý thuyết này là đề xuất cho rằng tất cả sự thất vọng chắc chắn dẫn đến gây hấn, tập trung quanh 3 lý lẽ chính: (a) con người đôi khi phản ứng theo các loại cách khác (Bandura, 1977), (b) thất vọng quá mức đôi khi tạo ra tính bị động và tình trạng bất lực chứ không phải gây hấn (Seligman, 1975) và (c) trong nhiều trường hợp, hành vi gây hấn xảy ra thực ra không phải do gây hấn như vận động viên quyền anh chuyên nghiệp hay "người đánh thuê" của Mafia (Berkowitz, 1978).

Gây hấn như một phản ứng đối với môi trường

Một tập hợp giải thích khác xem gây hấn dưới dạng yếu tố môi trường. Donnerstein và Wilson (1979) chứng minh rằng điều kiện ồn ào rất có thể tạo ra sự tương tác gây hấn hơn điều kiện yên tĩnh, nhưng tác dụng này ít nhận biết hơn nếu con người cảm thấy rằng họ kiểm soát lượng tiếng ồn đang trải qua. Tương tự, Aiello, Nicosia và Thompson (1979) chứng minh rằng những người có khả năng ganh đua và gây hấn nhiều hơn nếu họ chen chúc trong một không gian gò bó. Zillman (1979) cho rằng cả hai yếu tố này đúng để làm tăng sự đánh thức, sau đó làm cho cá nhân dễ nhạy cảm với kích thích hơn, kích thích có tiềm năng gây khó chịu.

Một số giải thích môi trường về gây hấn có sự ủng hộ chính trị sâu xa. Minh họa kinh điển ở đây là những nghiên cứu liên kết gây hấn với nhiệt độ chẳng hạn như Baron và Bell (1975), chứng minh rằng bạo động nội thành chỉ có khuynh hướng xảy ra vào những buổi chiều hè trời nóng kéo dài, từ đó hai ông cho rằng nhiệt độ mới là nguyên nhân gây hấn. Những lý thuyết này thường được sử dụng trong giới truyền thông để đánh lạc hướng chú ý ra khỏi các vấn đề xã hội có thực làm nền tảng cho những xung đột như thế, và quan điểm cho rằng có những giải thích khác về sự tương quan giữa nhiệt độ và bạo động- chẳng hạn giống như cách con người thường có khuynh hướng ra đường, vì thế tin tức bất công xã hội lan truyền trong khắp cộng đồng nhanh hơn nhiều.

Lý thuyết gây hấn theo thuyết xây dựng xã hội

Tiếp cận gây hấn theo thuyết xây dựng xã hội cho rằng gây hấn nằm trong suy nghĩ của con người. Những gì chúng ta nghĩ như một hành vi gây hấn có thể giải thích hoàn toàn khác nhau bởi những người có quan điểm khác nhau đối với tình huống. cũng lệ thuộc vào trình độ văn hóa, những xây dựng cá nhân và cũng lệ thuộc mô tả xã hội của cá nhân liên quan. Reicher (1984) đề cập đồng nhất xã hội khác nhau của những người tham gia hay làm nhân chứng các vụ bạo động của St. Paul ở Bristol năm 1981 ảnh hưởng đến cách người ta hiểu sự kiện. Giới truyền thông xem người bạo động có hành vi gây hấn thuần túy. Nhưng Reicher chứng minh rằng quan điểm khác nhau của người tham gia dẫn đến những giải thích rất khác nhau về những gì đang diễn ra.

Hewstone (1989) cho rằng chỉ hiểu một loại hành vi bất kỳ là gây hấn hay ngược lại tùy vào xây dựng xã hội mà con người áp đặt vào sự kiện. Một sự kiện mô tả là "những kẻ khủng bố" tấn công gây hấn của một nhóm người nào đó có thể được một nhóm người khác trong xã hội, "những chiến sĩ đấu tranh vì tự do" mô tả như hành động có thể biện minh. Một cuộc ẩu đả trong quán rượu được một số người hiểu là gây hấn dại dột hay một phản ứng có thể biện minh đối với số người khác. Nhưng quan điểm mà con người chọn tùy thuộc vào quan điểm chính trị, xã hội của chính họ. Potter và Reicher (1987) lập luận rằng đánh giá một hành vi có phải là gây hấn hay phản xã hội hay không là sự xây dựng xã hội, không phải bắt nguồn từ chỗ đâu đâu, mà có cơ sở được hình thành trong nhận thức cá nhân về các phân loại xã hội và quy kết của cá nhân ấy về sự biện minh xã hội.

Vấn đề trong các lý thuyết gây hấn

Một đặc điểm đáng lưu ý trong giải thích sự gây hấn chính là những giải thích gây hấn mang tính bẩm sinh hay thuộc về cơ thể được nhiều người chấp nhận, bất chấp tính khả dụng của chúng cứ nghiên cứu đối với các quan điểm khác. Ngụ ý ở đây là thực ra chúng được sử dụng như những biện minh đối với nguyên trạng hơn là những giải thích thực sự tại sao sự việc lại diễn ra. Lý thuyết cho rằng sự gây hấn diễn ra vì "con người thích như thế" hay vì thời tiết đối với xã hội dễ chịu hơn các lý thuyết cho rằng có những nguyên nhân xã hội dẫn đến gây hấn mà chúng ta có thể (và nên) thực hiện một điều gì đó.

Vấn đề khác trong lĩnh vực này là sự nhầm lẫn thuật ngữ chuyên môn. Rose, Kamin và Lewontin (1984) nêu rằng các nhà nghiên cứu thường sử dụng từ "gây hấn" để ám chỉ những sự việc rất khác nhau, từ hành vi giết chuột đối với chuột thí nghiệm cho đến những sự kiện thể thao nghi thức hóa như Thế vận hội. Vấn đề là, theo Rose, toàn bộ khái niệm được cụ thể hóa thành một số khái niệm trừu tượng, khi thực ra nó chỉ là một mô tả. Chỉ vì con người có thể hành động theo cách gây hấn, không nhất thiết có nghĩa là có một "vấn đề" thực sự được gọi là sự gây hấn. Giống như trí năng, lập luận của họ là khái niệm nên được xem như một tính từ chứ không phải danh từ.

HÀNH VI ĐÁM ĐÔNG

Sự gây hấn cũng thường được liên kết với hành vi đám đông, cho dù hầu hết kinh nghiệm của chúng ta về đám đông khác xa với gây hấn. Trong đời sống xã hội bình thường, việc nhận thấy mình là một bộ phận trong đám đông không phải là điều đặc biệt. Cho dù đứng trong sân ga chậtních người, xem một buổi hòa nhạc hay trận đấu thể thao, hay mua sắm đơn thuần, đám đông quần chúng không phải là một kinh nghiệm đặc biệt trong một xã hội hiện đại. Nói chung, những đám đông này đều yên ổn: chúng ta xem đám đông như một bộ phận bình thường của đời sống hiện đại và không nghĩ gì nhiều hơn. Tuy nhiên, có những lúc khi đám đông có vẻ trở thành một tập hợp người nhất thời. Một sự kiện đặc biệt tập hợp con người với nhau với một mục đích chung, vào những thời điểm như thế đám đông có vẻ chọn sinh hoạt của riêng mình. Và dĩ nhiên, ở mức cực đoan nhất, đám đông có thể bùng nổ thành một rối loạn bạo lực trong xã hội: "bạo động".

Mặc dù đám đông mất trật tự rất hiếm khi so với số lượng đám đông bình yên tuyệt đối diễn ra hàng ngày. Nhà xã hội học Emile Durkheim cho rằng đám đông bình yên đang phục vụ một mục đích xã hội đáng giá: kết hợp con người với nhau, củng cố tình đoàn kết xã hội và cố kết xã hội. Điều này đặc biệt đúng đối với đám đông tập trung trong những sự kiện xã hội qui mô rộng như đám cưới hoàng gia hay đám tang nhà nước. Benewick và Holton (1987) phỏng vấn thành viên trong một đám đông tham dự lễ sáng lộ thiên tổ chức ở sân vận động Wembley khi Đức giáo hoàng sang thăm nước Anh năm 1982, nhận thấy rằng họ xem sự kiện như một kinh nghiệm thuyết phục, rất có ý nghĩa. Một phần quan trọng của điều này là cách con người cảm nhận về mình, xem mình là một bộ phận trong sự thống nhất rộng hơn, tất cả có cùng kinh nghiệm như nhau.

Thật không may, đám đông bình yên, mặc dù xảy ra thường xuyên hơn đám đông không bình yên, chưa được nghiên cứu cặn kẽ. Có lẽ đúng ra là vì quá phổ biến đến mức người ta không để ý đến. Hay có lẽ đám đông bình yên không nêu ra vấn đề xã hội. thông thường, các lý thuyết tâm lý học về đám đông xem đám đông là những "quần chúng" nguy hiểm có khả năng bùng nổ thành một loại hoạt động phản xã hội bất kỳ. Một phần, điều này liên kết với một số lý thuyết gây hấn mà chúng ta vừa nghiên cứu. Nhưng cũng có những lý thuyết chuyên môn hóa trong tâm lý học đám đông đã giúp giữ vững ấn tượng này.

Tâm lý học quần chúng

Một trong những lý thuyết ban đầu về hành vi đám đông thuyết phục nhất được Le Bon đưa ra năm 1895. Le Bon xem đám đông mang tính bệnh lý vốn có – xem đám đông như thể đang chuyển thành một loại tâm lý học động vật, hành động theo xung động bản năng nguyên thủy, hầu như hoàn toàn thiếu khả năng duy lý hay lập luận. Le Bon cho rằng những người tham gia đám đông dễ bị đánh thức hay khích động, và rơi vào tình trạng dã man. Lương tâm cá nhân biến mất, đám đông hoạt động như một động vật độc ác, tiếp theo những gì mà Le Bon mô tả là "luật thống nhất suy nghĩ".

Cũng như với nhiều lý thuyết phản ánh suy nghĩ của thời đại mình, "tâm lý học quần chúng" của Le Bon trở thành một lý thuyết rất thịnh hành, cho dù tương đối thiếu chứng cứ. Ngay lập tức, nó mang sắc thái chính trị, được sử dụng như lời biện minh đối với hành động mạnh tay của cảnh sát đàn áp các cuộc biểu tình chính trị trong thời đại. Cũng như mô hình đám đông là gì, nó vẫn còn ảnh hưởng đối với xã hội. Và trong nhiều bộ phận xã hội vẫn còn ủng hộ. Banyard (1989), mô tả thảm kịch Hillsborough trong đó gần 100 cổ động viên đá banh bị dẫm đạp cho đến chết ép vào các rào chắn, cho rằng chính niềm tin tuyệt đối vào tâm lý học quần chúng của số cảnh sát đang kiểm soát biến cố, có nghĩa rằng họ không cố gắng giải thích hay lý lẽ với đám đông, vì thế tình hình tệ hại hơn rất nhiều.

Sự làm mất cá tính

Phần lớn tiếp cận dựa vào quan điểm chung của Le Bon, Zimbardo (1969) cho rằng con người trong đám đông **làm mất**

cá tính – đánh mất nhận dạng cá nhân của riêng mình – như chuyện họ hòa nhập nặc danh vào đám đông, có nghĩa rằng họ sẵn sàng hành động theo cách dữ tợn hay bốc đồng nhiều hơn khi họ hành động trong tư cách cá nhân. Zimbardo tiến hành nghiên cứu trong đó các nhóm phụ nữ đại học được yêu cầu dí dòng điện vào phụ nữ khác. Một nửa mặc áo khoác lụng thụng trong phòng thí nghiệm, đội mũ trùm đầu che kín khuôn mặt, và không hề gọi bằng tên. Một nửa còn lại mặc trang phục của riêng mình, ngực đeo thẻ có tên rất to. Zimbardo nhận thấy số phụ nữ bị mất cá tính sẵn sàng dí dòng điện gấp hai lần so với số phụ nữ được nhận dạng cá nhân.

Tuy nhiên, Johnson và Downing (1979), chỉ trích nghiên cứu của Zimbardo với lý do tính chất "đồng phục" mà những người tham gia nghiên cứu bị mất cá tính đang mặc giống với đồng phục của Ku-Klux-Klan, một nhóm phân biệt chủng tộc có hành động vô cùng bạo lực ở Mỹ. Họ cho rằng điều này khuyến khích người tham gia nghiên cứu cảm thấy rằng hành vi bạo lực mà họ nghĩ người ta đang mong đợi họ phải làm trong tình huống này. Khi lặp lại thí nghiệm với ba nhóm – một nhóm mặc quần áo kiểu Ku-Klux-Klan, một nhóm mặc trang phục của riêng mình và một nhóm mặc đồng phục của y tá - Johnson và Downing nhận thấy những người mặc đồng phục y tá dí điện nhẹ hơn, ít hơn hai nhóm kia. Vì thế, có vẻ kết quả là do trang phục tạo ra chứ không phải sự làm mất cá tính.

Tiếp theo nghiên cứu của Zimbardo, Diener (1979) cho rằng sự làm mất cá tính tập trung vào việc làm giảm sự tự nhận thức. Khi một người là thành viên trong đám đông tập trung vào một số mục tiêu bên ngoài (chẳng hạn đám đông đang xem trận đá banh hay cricket), họ cảm thấy rất khác và ít để ý đến bản thân mình hơn lúc thông thường. Điều này có nghĩa họ hành động bốc đồng hơn, cảm thấy ít bị các quy ước xã hội bình thường ức chế hơn. Diener cho rằng có 5 kết quả chung của tình trạng làm mất cá tính, liệt kê trong Bảng 17.6.

Prentice-Dunn và Rogers (1982) sửa đổi lý thuyết của Diener, bằng cách cho rằng có hai khía cạnh khác nhau của sự tự nhận thức: chung và riêng. Họ lập luận sự tự nhận thức riêng là yếu tố quan trọng đối với quá trình làm mất cá tính. Tự nhận thức chung liên quan đến nhận thức của chúng ta về ấn tượng đối với người khác – chẳng hạn bằng hành vi hay trang phục. Việc làm giảm ấn tượng này không có vẻ ảnh hưởng đến nhận dạng cá nhân. Nhưng tự nhận thức riêng liên quan đến sự chú ý chúng ta dành cho suy nghĩ và cảm tưởng của mình và trong một số tình huống sự chú ý này giảm sút.

Prentice-Dunn và Rogers cho rằng tự nhận thức riêng giảm dần trong loại tình huống khi sự chú ý của chúng ta tập trung vào chỗ khác, chẳng hạn như vào trận đá banh hay người phát biểu nơi công cộng, nơi có mức độ cố kết nhóm cao, chẳng hạn như được chia sẻ bởi những người cổ động trong cùng một đội thể thao, nơi những người liên quan có mức đánh thức cao giống như sự hưng

Bảng 17.6 Kết quả của tình trạng làm mất cá tính

1. Ức chế thông thường chống lại hành vi bốc đồng bị giảm.
2. Tính nhạy cảm đối với các trạng thái cảm xúc hiện tại và gợi ý tình huống trực tiếp gia tăng.
3. Cá nhân không thể giám sát hay điều tiết hành vi của mình.
4. Ít quan tâm đối với những gì mà người khác nghĩ về hành động của mình.
5. Cá nhân ít có khả năng hoạch định duy lý.

Nguồn: Diener, 1979

phấn do trận đấu tạo ra hay cường độ tạo ra do ý thức bất công xã hội, và nơi có tính nặc danh hiệu quả đối với thành viên nhóm. Trong những tình huống như thế, họ lập luận, sự làm mất cá tính rất có thể xảy ra.

Sự làm mất cá tính là một quan điểm gây nhiều tranh cãi, phần lớn là vì đánh giá giá trị ẩn của nó về đám đông và những giả định cho rằng những người trong đám đông không có khả năng suy nghĩ duy lý. Có vẻ sự làm mất cá tính đóng một vai trò trong việc tìm hiểu lý do tại sao con người hành động như thế nhưng đồng thời nghiên cứu đám đông và cách con người trong đám đông nhận thức điều gì đang diễn ra cho thấy (tâm lý học quần chúng) không thuyết phục như mô tả của Le Bon.

Đám đông đá banh

Ngay cả những đám đông được xem là quyết liệt, bạo động cũng có chứng cứ cho thấy sự làm mất cá tính ít hơn chúng ta nghĩ. Marsh, Rosser và Harré (1978) tiến hành một nghiên cứu tiếp cận tình tiết, mô tả đối với những cổ động viên đá banh – nhận xét hành vi xã hội và phân tích giải thích của người tham gia đối với sự việc đang diễn ra. Bằng cách nói chuyện với các cổ động viên và phân tích mô tả của họ những gì đang diễn ra trên các dãi ghế, Marsh, Rosser và Harré kết luận rằng, đúng ra là phát xuất từ quần chúng mất cá tính, hành vi gây hấn ở những cổ động viên đá banh thực ra hoạt động theo các nguyên tắc rõ ràng, mặc dù bao gồm nhiều sự gây hấn nghi thức hóa, hiếm khi dẫn đến kết quả tổn hại thực sự.

Trong khi các cổ động viên trò chuyện, sự chọn lựa ngôn ngữ của họ thực ra ngụ ý hành vi rất quyết liệt: họ nói về những người đang bị "giết chết" nếu bị các cổ động viên đối lập bắt được hay một người nào đó "bị đập đầu". Nhưng khi hỏi họ về những gì diễn ra thực sự và khi những điều họ phát biểu đem so sánh với nhận xét và băng ghi hình hành vi của họ, điều nổi bật là hành vi gây hấn thực sự diễn ra rất hạn chế. Chẳng hạn, đối với các cố động viên việc "nhìn thấy người khác bị đánh" không phải là chuyện đặc biệt – rượt đuổi cố động viên kình địch chạy đến nhà ga xe lửa sau khi trận đấu kết thúc. Nhưng mặc dù cuộc rượt đuổi tỏ ra quyết liệt nhưng số cố động viên rất thận trọng không bắt giữ người khác. Như thế tạo ra một tình huống có khả năng gây lúng túng vì đây là động tác gây hấn nghi thức hóa – săn đuổi – hơn là động tác bạo lực thật sự được xem là điều quan trọng.

Có nhiều minh họa khác về ẩu đả nghi thức hóa được các nhà nghiên cứu quan sát, mặc dù có những trường hợp đôi khi con người bị thương nghiêm trọng, những người này được cho là "vi phạm nguyên tắc", nói chung đó là chuyện bình thường. Trò chuyện gây hấn của cổ động viên thực ra mang tính ẩn dụ ngôn ngữ nhiều hơn – cũng giống như con người bàn về "trận chiến mưu kế" hay "rào cản vấn đề". Tuy nhiên, giới truyền thông và các bộ phận khác trong xã hội lại hiểu ngôn ngữ quyết liệt của cổ động viên theo nghĩa đen, vì thế hiểu sự gây hấn như thế nghiêm trọng hơn thực tế rất nhiều.

Điều này không có nghĩa là không hề xảy ra những sự kiện bạo lực nghiêm trọng - có chứng cứ chứng minh tình hình như thế. Nhưng Marsh, Rosser và Harré cho rằng những đợt bộc phát bạo lực không kiểm soát xảy ra nhiều hơn khi nghi thức bị đảo lộn do phản ứng quá mức của các tác nhân bên ngoài, dẫn đến việc kiểm soát quá mức. Điều này có tác dụng từ bỏ sự an toàn trong các mẫu hành vi quen biết, nghi thức hóa và chuỗi phản ứng được qui định, khiến cho cá nhân phản ứng không có sự ức chế xã hội trực tiếp hay bên trong.

Marsh, Rosser và Harré cũng nhận thấy một mẫu xã hội và cấu trúc xã hội rất rõ nét ở những cổ động viên thường được giới truyền thông mô tả là "hooligans". Qua thời gian, cổ động viên thường theo đuôi con đường "sự nghiệp" bằng cách trở thành một bộ phận trong các nhóm người ủng hộ khác nhau: từ một nhóm ít tuổi chuyển dần thành một nhóm khác bằng cách tự chứng minh rằng mình rất am tường nghi thức và nguyên tắc trở thành một cổ động viên bóng đá. Bức tranh cách hành xử của số cổ động viên đá banh này khác hẳn với bức tranh thường được giới truyền thông mô tả.

Đám đông chính trị

Tương tự, đám đông chính trị thường được mô tả có hành động ít nhiều hợp lý hơn người ta thường nghĩ. Cuộc biểu tình chính trị được hình thành, đôi lúc rất hiệu quả, hệ thống qua đó thành viên xã hội có thể biết được cảm nghĩ của họ về một vấn đề chính trị nhất định. Biểu tình của công chúng phản đối thuế thân ở Anh chẳng hạn tác động mạnh làm thay đổi hoàn toàn chính sách ấy cả trong quá khứ lẫn thời gian gần đây. Hầu hết các biểu tình chính trị là những hành động ôn hòa, không có sự cố, nhưng những biểu tình khác thường dẫn đến kết quả đấu khẩu quyết liệt giữa cảnh sát và người biểu tình. Tương tự, "bạo động" nội thành thường do một sự kiện cụ thể kích hoạt – điểm cháy – nhưng sau đó bùng nổ thành sự rối loạn mang tính chung hơn.

Waddington, Jones và Critcher (1987) cho rằng thật giản đơn thái quá khi xem bạo động hay xáo trộn chính trị là do những sự kiện bốc cháy này gây ra. Thay vào đó họ cho rằng sự kiện bốc cháy dùng để đưa ra minh họa được đám đông xem là điển hình của những vấn đề chung hơn trong cộng đồng trong thời điểm ấy. Smelser (1962) cho rằng đám đông mất trật tự chỉ xuất hiện trong những điều kiện xã hội cụ thể gồm căng thẳng xã hội chung, nhận thức xã hội về sự bất bình, con người sẽ khởi sự hành động và một số loại sự cố đoán trước. Điểm cháy luôn có bối cảnh.

Waddington, Jones và Critcher đưa ra một mô hình lý thuyết có thể dùng để phân tích nhiều loại rối loạn xã hội khác nhau. Đối với tính phức tạp của những gì đang diễn ra ở loại sự kiện này, họ cho rằng tình huống nên được phân tích bằng 6 mức độ phân tích khác nhau. Không có mức độ riêng lẻ nào được xem là "nguyên nhân" duy nhất mà phải kết hợp 6 mức độ với nhau tạo ra một chỉ số hợp lý trong việc phác họa, phân tích đám đông và rối loạn ở đám đông. Sáu mức độ phân tích trong mô hình của họ được trình bày trong Bảng 17.7.

Sử dụng mô hình này, Waddington, Jones và Critcher đi đến việc phân tích hai cuộc vận động quần chúng diễn ra trong cuộc đình công của thợ mỏ năm 1984 ở Anh. Một trong số này là sự bùng phát bạo lực, mất trật tự giữa cảnh sát và người biểu tình. Thứ hai diễn ra trong cùng thành phố sau đó một tuần nhưng không có bạo lực. Những người nghiên cứu thu thập dữ liệu bằng cách quan sát người tham gia trong khi sự kiện xảy ra và sau đó, và bằng cách phỏng vấn thành viên của đám đông ý kiến của họ đối với sự việc đang diễn ra ra sao. Khi họ áp dụng mô hình vào hai cuộc biểu tình, điều rõ ràng là các mức độ cấu trúc, chính trị/ ý thức hệ và văn hóa đều giống nhau trong mỗi cuộc biểu tình, nhưng có nhiều khác biệt về mức độ bối cảnh, tình huống và tương tác.

Ở mức độ bối cảnh, cuộc biểu tình thứ hai, ôn hòa được sắp xếp có hệ thống, có sự tham khảo ý kiến thích hợp đối với cảnh sát địa phương. Tình huống, hay bối cảnh được sắp xếp cẩn thận, người phát ngôn và những người phục vụ tiêu khiển định hướng phản ứng của đám đông, có nhiều rào chắn được dựng sẵn, ngăn cản sự cần thiết phải nhờ đến lực lượng cảnh sát hạn chế sự di chuyển của đám đông. Ở mức độ tương tác, kiểm soát đám đông

Bảng 17.7 Mức độ phân tích rối loạn xã hội

1. *Cấu trúc*	Waddington, Jones và Critcher (1987) cho rằng thật ngây thơ khi bỏ qua những vấn đề cấu trúc xã hội rộng hơn khi nghiên cứu rối loạn trong xã hội. Chẳng hạn, vấn đề người da đen sống trong nội thành có tỉ lệ thất nghiệp cao hơn người da trắng có nghĩa là họ có ít quyền lợi hơn trong các tổ chức xã hội và có mức độ thất vọng nhiều hơn.
2. *Chính trị/ ý thức hệ*	Một bộ phận xã hội có thể bất bình chính trị về một số hình thức lập pháp, kiểm soát xã hội có thể thắt chặt những gì được xem là mức độ không thể chấp nhận được, hay xã hội có thể có những gì mà Cohen (1973) mô tả là "hoảng hốt đạo đức" chẳng hạn như thanh niên thất nghiệp hay hippy.
3. *Văn hóa*	Bao gồm những quan điểm chung về thế giới chẳng hạn như mô tả xã hội do Moscovici (1984) mô tả, chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 15. Suy nghĩ về quyền lợi, kết quả có thể của hành động, định nghĩa về tính chất vấn đề, tất cả đều góp phần vào hành động của đám đông.
4. *Bối cảnh*	Bối cảnh cụ thể trong đó sự kiện xảy ra cũng có tác dụng của nó, bao gồm bối cảnh nhất thời: chuỗi sự kiện xảy ra dẫn đến sự kiện cụ thể này (chẳng hạn như cảnh sát nhạy cảm khi nghĩ đến một số hình thức bạo lực như trong trường hợp những vụ xung đột "Mods and Rockers" trong thập niên 1960, theo Cohen (1973)).
5. *Không gian*	Gồm bối cảnh vật lý trong đó những vùng cụ thể có ý nghĩa tượng trưng đối với người tham gia trong sự xáo trộn, hay thiết kế các không gian mở và tòa nhà dùng để gợi ra hay giảm bớt khả năng có thể xảy ra sự đối đầu.
6. *Tương tác*	Mức độ sau cùng ở đó các sự kiện xã hội qui mô rộng cần được nghiên cứu liên quan đến tính chất tương tác giữa những người liên quan. Chẳng hạn: cảnh sát hay các cơ quan chính phủ có thể được xem là vượt qua "tiêu chuẩn" được xác lập khi giải quyết một nhóm hay cộng đồng nhất định, hay bắt bớ hay đối xử một chính khách địa phương hay một quan chức thuộc liên đoàn theo cách thô bạo có thể được đám đông xem là "không đúng qui định". Waddington *và người khác* nêu rằng mâu thuẫn có thể tránh hay trở nên trầm trọng bằng cách giữa cá nhân với nhau cũng như qua bối cảnh chính trị.

do những người tổ chức đảm trách chứ không phải là cảnh sát, cảnh sát cẩn thận tránh hành vi đối đầu. Thật trớ trêu, nhưng có lẽ cũng điển hình cuộc biểu tình thứ hai ôn hòa gần như không được báo chí đăng tải trong khi cuộc biểu tình mang tính đối đầu nhiều hơn được tường thuật trên các báo.

Waddington, Jones và Critcher cho rằng – trái với tiếp cận "tâm lý học quần chúng" của Le Bon – mất trật tự xã hội không phải là không dự đoán được, việc nghiên cứu tỉ mỉ các yếu tố trong một tình huống nhất định có thể dự đoán khi nào rối loạn như thế có khả năng xảy ra ít hay nhiều. Họ nhận dạng 5 diễn tiến hành động thực tế góp phần kiểm soát đám đông thành công (Bảng 17.8). Ngoài ra, họ lập luận, ngay cả khi các yếu tố chỉ rõ sự rối loạn sắp xảy ra, hành động ở các mức

Bảng 17.8 Hành động thực tế trong kiểm soát đám đông

1. Đám đông được phép tự kiểm soát.
2. Có sự liên lạc hiệu quả giữa cảnh sát và người tổ chức.
3. Chính sách "lực lượng tối thiểu" nên được cảnh sát áp dụng (được xem là "công cụ xử lý" rắc rối nghĩa là con người nghĩ đến rắc rối và hành động phù hợp).
4. Những người tham gia quản lý và kiểm soát đám đông nên được đào tạo khóa giao tiếp hiệu quả giữa cá nhân với nhau.
5. Cảnh sát và các cơ quan thực thi công lý nên được xem có khả năng giải thích hành động của mình đối với công đồng (suy nghĩ cho rằng cảnh sát phải thực hiện đúng những gì họ muốn chắc chắn khuyến khích sự phẫn nộ và thái độ thù địch).

Nguồn: Waddington và người khác, *1987*

độ thích hợp – gồm các mức độ tương tác và tuy nhiên – có thể tạo ra tác dụng tích cực. Cũng cần nhiều vấn đề đang diễn ra lệch hướng, phối hợp lại mới tạo ra bạo động, và sau đó thường được hòa giải.

Trong chương này, chúng ta khảo sát một số nghiên cứu tâm lý học về thái độ, thành kiến và hành vi gây hấn. Cũng như nhiều cơ chế xã hội chúng ta đã khảo sát trong 3 chương trước đây chẳng hạn như cơ chế mô tả xã hội, quy kết và mong đợi xã hội. trong một vài chương sau, chúng ta sẽ tiếp tục nghiên cứu tâm lý học phát triển kể cả sự phát triển hiểu biết xã hội.

Từ khóa

Kình chống giữa các nhóm: Sự cạnh tranh giữa các nhóm xã hội khác nhau thường dẫn đến thái độ thù địch quyết liệt.

Giơ đầu chịu báng: Quá trình đổ lỗi các tình huống kinh tế khó khăn hay các nguồn thất vọng khác vào một số nhóm xã hội không được ưa thích nhưng "hạ cấp", vì thế làm tăng thành kiến và thù địch giữa các nhóm.

Tìm kiếm cố kết: Cách mà thành viên trong nhóm tìm kiếm để biện minh hay duy lý hóa suy nghĩ của mình về những quy kết tích cực đối với người trong nhóm và quy kết tiêu cực đối với người ngoài nhóm.

Khác biệt ngữ nghĩa: Hình thức đánh giá thái độ bao gồm yêu cầu người khác đánh giá một khái niệm bằng cách cân nhắc khái niệm ấy theo một số khía cạnh bằng lời khác nhau.

Tóm tắt

1. Thái độ khác nhưng liên kết mật thiết với giá trị cá nhân. Thái độ có thể phục vụ một số chức năng khác nhau bao gồm đánh giá đối tượng, điều chỉnh xã hội và ngoại hiện hóa mâu thuẫn bên trong.
2. Thái độ có 3 khía cạnh: khía cạnh nhận thức, khía cạnh ý muốn (hành vi) và khía cạnh cảm xúc. Thường có sự không nhất quán giữa thái độ và hành vi.
3. Fishbein và Ajzen cho rằng chủ ý và mong đợi rất quan trọng trong định hướng hành vi cũng như thái độ. Các lý thuyết thái độ khác nhấn mạnh đến tầm quan trọng của sự cân bằng nhận thức, sự đồng hóa và tương phản, sự nhấn mạnh và gọi tên.

4. Các yếu tố trong sự thuyết phục bao gồm nguồn giao tiếp, bản thân thông tin, cá nhân tiếp nhận thông tin và bối cảnh trong đó thông tin được trình bày. Bất đồng nhận thức cũng là một yếu tố quan trọng trong sự thay đổi thái độ.
5. Lý thuyết thành kiến bao gồm giải thích sinh học, giải thích phân tâm học và giải thích văn hóa. Lý thuyết giơ đầu chịu báng xem thành kiến phát sinh từ nhu cầu đổ lỗi cho người khác trong khi lý thuyết đồng nhất xã hội xét thành kiến theo nghĩa mâu thuẫn giữa các nhóm.
6. 10 nguyên tắc thành kiến dân tộc của Bethlehem cho thấy cơ chế nhận thức, tập quen xã hội, các yếu tố văn hóa và giữa các nhóm tất cả đều góp phần vào việc biểu hiện thành kiến trong xã hội.
7. Lý thuyết gây hấn gồm tiếp cận sinh học, tiếp cận tập quen xã hội, tiếp cận thất vọng - gây hấn, mô hình gây hấn như một phản ứng đối với môi trường và các tiếp cận theo thuyết xây dựng xã hội.
8. Thuyết đám đông ban đầu cho rằng con người hành động như một quần chúng nguyên thủy. Thuyết làm mất cá tính là một phiên bản hiện đại của quan điểm này nhưng các nghiên cứu gần đây hơn cho rằng hành vi đám đông mang tính duy lý và cấu trúc nhiều hơn như được trình bày.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả các chức năng chính của thái độ.
2. Hãy giải thích khái niệm bất đồng nhận thức và mô tả nghiên cứu minh họa?
3. Hãy phác họa các khía cạnh nhận thức thành kiến theo mô tả của Tajfel.

Câu hỏi thảo luận

1. Khái niệm khía cạnh thái độ giúp chúng ta hiểu biết sự thuyết phục nhiều đến mức nào?
2. Hãy phác họa và thảo luận chứng cứ tâm lý học ủng hộ hay phản đối khái niệm "tâm lý học quần chúng"
3. Thành kiến giữa các nhóm xã hội khác nhau có thể giảm bớt ra sao?

phần

5

Tâm lý học phát triển

Tập quen và phát triển kỹ năng 680

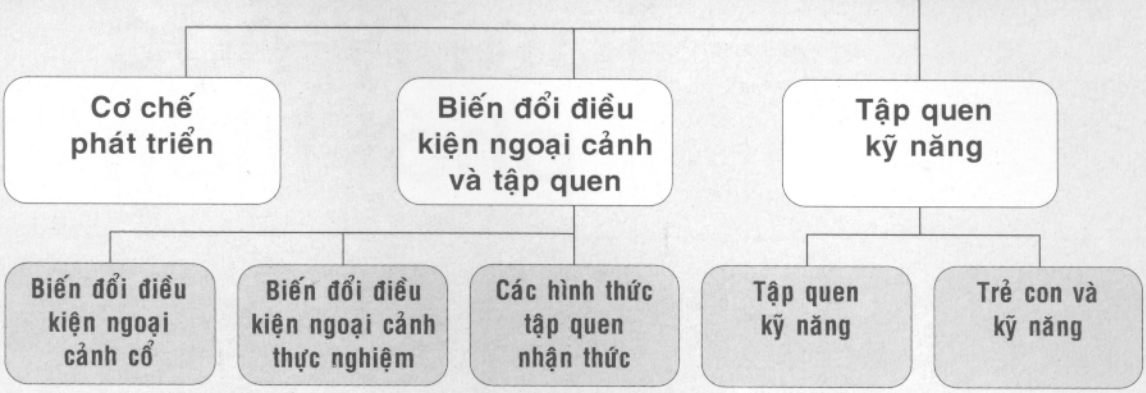
Phát triển nhận thức và nhận thức xã hội 723

Phát triển xã hội 764

Tâm lý học phát triển tuổi đời 801

chương 18

Tập quen và phát triển kỹ năng


Cơ chế phát triển
Biến đổi điều kiện ngoại cảnh và tập quen
Tập quen kỹ năng
Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ
Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm
Các hình thức tập quen nhận thức
Tập quen kỹ năng
Trẻ con và kỹ năng

Đối tượng nghiên cứu

18.1. Cơ chế phát triển

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về cơ chế phát triển
- *b.* Mô tả cơ chế phát triển ở cá nhân
- *c.* Phác họa cơ chế phát triển xã hội

18.2. Động cơ thúc đẩy thành tựu

- *a.* Nhận dạng các yếu tố trong động cơ thúc đẩy thành tựu
- *b.* Mô tả nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu
- *c.* Phân biệt giữa lý thuyết đặc điểm và xã hội

18.3. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển
- *b.* Mô tả quá trình liên quan đến biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển
- *c.* Đánh giá giải thích biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển theo thuyết hành vi

18.4. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm
- *b.* Mô tả đặc điểm biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm
- *c.* Liên kết các nguyên tắc biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm với minh họa cụ thể

18.5. Các loại tập quen

- *a.* Phác họa các loại tập quen khác nhau
- *b.* Mô tả nghiên cứu tập quen do di truyền
- *c.* Áp dụng khái niệm tập quen vào các minh họa thường nhật

18.6. Sự đạt được kỹ năng

- *a.* Liệt kê đặc điểm hành vi kỹ năng
- *b.* Mô tả lý thuyết đạt được kỹ năng
- *c.* Nhận dạng yếu tố ảnh hưởng đến sự đạt được kỹ năng

18.7. Mô hình đạt được kỹ năng

- *a.* Định nghĩa thuật ngữ về thuyết đạt được kỹ năng
- *b.* Phác họa cơ chế liên quan đến đạt được kỹ năng
- *c.* So sánh các mô hình đạt được kỹ năng khác nhau

18.8. Phát triển nhận thức đối chứng

- *a.* Phác họa các loại nhận thức đối chứng khác nhau
- *b.* Mô tả nghiên cứu phát triển nhận thức đối chứng
- *c.* Định nghĩa thuật ngữ về phát triển nhận thức đối chứng

Sự phát triển bao hàm sự thay đổi qua thời gian. Tất cả chúng ta đều thay đổi khi trưởng thành, một số những thay đổi ấy là kết quả của kinh nghiệm cụ thể trong khi số thay đổi khác là kết quả của thay đổi sinh lý. Tâm lý học phát triển là nghiên cứu các mẫu, tính đều đặn và quá trình theo cách con người thay đổi qua thời gian.

Chúng ta khảo sát một số khía cạnh phát triển trong sách này – chẳng hạn phát triển ngôn ngữ trong Chương 4. Trong phần này, chúng ta nghiên cứu một số cách khác trong sự phát triển của con người, bắt đầu bằng việc nhận dạng các cơ chế phát triển cơ bản, và nghiên cứu những hình thức tập quen khác nhau trong chương này. Trong Chương 19, chúng ta nghiên cứu sự phát triển nhận thức và nhận thức xã hội ở trẻ, trong Chương 20 chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu sự quyến luyến và sự phát triển ở trẻ. Sau cùng, trong Chương 21, chúng ta sẽ nghiên cứu sự phát triển trong quãng đời từ tuổi thanh niên đến khi về già.

CƠ CHẾ PHÁT TRIỂN

Trong chương này, chúng ta nghiên cứu một số cơ chế phát triển cơ bản. Có nhiều cơ chế khác nhau qua đó trẻ tập quen, hay qua đó hành vi của trẻ thay đổi khi trẻ trưởng thành, vì thế chúng ta sẽ bắt đầu bằng cách tóm tắt những cơ chế chính, thật ngắn gọn và nghiên cứu cách chúng tự biểu hiện bằng cách chọn minh họa động cơ thúc đẩy thành tựu. Sau đó chúng ta khảo sát chi tiết hơn ở những hình thức tập quen cụ thể, bắt đầu bằng nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh theo thuyết hành vi và tiếp đến khảo sát các quá trình tập quen kỹ năng và phát triển nhận thức đối chứng.

Cơ chế phát triển thay đổi từ những cơ chế có vẻ được xác định bên trong, theo sinh lý học cho đến những cơ chế diễn ra do kết quả của nhiều loại kinh nghiệm mà trẻ đang có. Mặc dù kinh nghiệm của mỗi trẻ đều khác nhau nhưng một số cơ chế cơ bản là nền tảng cho mọi trẻ, vì thế cũng nên điểm qua những cơ chế này.

SỰ TRƯỞNG THÀNH VÀ BIẾN ĐỔI ĐIỀU KIỆN NGOẠI CẢNH

Trong nửa đầu thế kỷ 20, một phần ảnh hưởng của các quan điểm theo thuyết hiện đại, và "thời đại cơ khí" được phản ánh trong các loại lý thuyết phát triển do các nhà nghiên cứu đề xuất. Các nhà tâm lý học trong thời điểm này mong đợi việc phát hiện những cơ chế dễ hiểu tạo ra hành vi và sự phát triển ở con người, không có những phức tạp hay tương tác giữa các quá trình khác nhau – sự mong đợi có vẻ ngây thơ đối với các nhà tâm lý học hiện đại nhưng thích hợp với Zeitgeist trong thời đại của họ. Đây cũng là thời đại tạo ra **tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng,** liệu một loại phát triển cụ thể có phải là do sự trưởng thành di truyền hay tập quen "gây ra" hay không. Như hiện nay chúng ta biết rằng cả hai cùng tác động với nhau chứ không đối lập nhau, nhưng tranh luận vẫn còn phổ biến trong nhiều thập niên.

Sự trưởng thành

Một trong những cơ chế phát triển cơ bản là quá trình **trưởng thành di truyền**. Đây là sự phát triển dần dần các hình thức hành vi, xuất hiện khi trẻ trưởng thành về mặt cơ thể đủ để tạo ra hành vi ấy. Chẳng hạn, tất cả số trẻ có cơ thể bình thường cho dù trưởng thành trong nền văn hóa nào đều bắt đầu tập đi ở một thời điểm nào đó trong sự phát triển cơ thể thường từ 12 – 14 tháng tuổi. Mặc dù cũng có khác biệt giữa cá thể này với cá thể khác: một số trẻ biết đi sớm hơn, số khác muộn hơn. Thông thường, chúng ta nói rằng trẻ tập đi nhưng thực ra điều này là hành vi được xác định về di truyền khi trẻ đạt đến một giai đoạn phát triển nào đó. Đây cũng là một phần trong tình trạng làm người, trực tiếp bắt nguồn từ gien và chúng ta thừa hưởng từ bố mẹ.

Mặc dù điều này không có nghĩa rằng không bị môi trường của trẻ tác động. Super (1976) nhận thấy trẻ Kenya trong cùng bộ lạc – vì thế thừa hưởng cùng cơ chế di truyền cơ bản giống nhau – lại khác nhau rất nhiều trong độ tuổi biết đi. Trong các ngôi làng truyền thống, trẻ được dạy những kỹ năng này thật kỹ nhưng số trẻ lớn lên trong môi trường đô thị thì không. Super nhận thấy trẻ ở các ngôi làng truyền thống trung bình biết đi sớm hơn số trẻ sống trong thành phố khoảng một tháng.

Như chúng ta đã biết trong các chương trước, tất cả ảnh hưởng di truyền tác động đến sự phát triển bằng cách tương tác với áp lực môi trường, thậm chí biết đi cũng chịu ảnh hưởng theo cách này. Các nhà tâm lý học phát triển ban đầu không công nhận sự tương tác này, thường nghĩ rằng trưởng thành di truyền mang tính tự chủ bất kể kinh nghiệm. Chẳng hạn, năm 1929 Gesell và Thomson báo cáo một nghiên cứu bé gái song sinh, một bé được rèn luyện kỹ năng vận động, gồm leo cầu thang, khi 10 tháng tuổi. Mỗi ngày tập bé leo khoảng 20 phút, hơn 6 tuần. Chị em song sinh của bé cũng được rèn luyện tương tự, nhưng phải mất hơn 7 tuần. Gesell và Thompson báo cáo rằng hầu như không có sự khác biệt nào giữa hai bé trong độ tuổi các bé tập quen kỹ năng vận động.

Tuy nhiên, năm 1983, Fowler đánh giá lại chứng cứ và nhận thấy rằng sự khác nhau trong rèn luyện đã tạo ra một số sự khác nhau giữa các bé gái. Trẻ được dạy sớm hơn sẽ khéo léo hơn trong việc xử lý các đồ chơi hình khối, và thường trội hơn trong các kỹ năng vận động khác – và những khác nhau này tồn tại dai dẳng qua nhiều năm. Khi ở tuổi thanh thiếu niên, trẻ song sinh được rèn luyện sớm luôn khéo hơn trong các kỹ năng vận động chẳng hạn như chạy và đi cũng như nhảy điệu clacket. Howe (1998) thảo luận một số minh họa khác trong nghiên cứu ngụ ý sự rèn luyện kỹ năng cơ thể sớm hơn có tác dụng lâu dài. Căn cứ vào cách môi trường tương tác với ảnh hưởng di truyền trong những lĩnh vực khác của kinh nghiệm con người, không có gì phải ngạc nhiên khi nhận thấy vấn đề tương tự cũng diễn ra ở sự phát triển kỹ năng vận động.

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh

Mặc dù chúng ta có những tố chất di truyền hướng đến một số loại hành vi, nhưng chính kinh nghiệm ảnh hưởng đến cách tự biểu hiện của những khuynh hướng ấy. Hình thức tập quen cơ bản được gọi là **biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển** và **biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm** cũng là những cơ chế quan trọng trong sự phát triển ở trẻ. Chúng ta sẽ xét đến những loại tập quen này chi tiết hơn trong cuối chương, nhưng vì chúng hình thành phần quan trọng trong cách phát triển ở trẻ nên ở đây cũng cần điểm qua đôi nét.

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển, về cơ bản là tập quen bằng **sự liên tưởng.** nếu hai sự việc xảy ra cùng lúc, chúng ta phải kết hợp cả hai, vì thế chúng ta nghĩ sẽ gặp sự việc này khi gặp sự việc khác. Chẳng hạn, nhiều người cảm thấy lo âu khi bước vào căn phòng tổ chức kỳ thi cho sinh viên cho dù bản thân họ không phải dự thi. Điều này là vì cảm giác lo âu trong kinh nghiệm trước đây của họ luôn đi kèm với căn phòng được bày trí theo cách cụ thể. Khi họ bước vào căn phòng như thế đều cảm thấy lo âu hoàn toàn là do tập quen qua liên tưởng.

Mặt khác biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, tập quen bằng **tác dụng.** Nếu hành động có kết quả dứt khoát theo nghĩa giúp chúng ta có được điều gì đó mình đang cần hay phải tránh một vấn đề khó chịu, thì sau đó có nhiều khả năng chúng ta lặp lại hành động ấy hơn. Nếu chúng ta làm một việc gì đó được người khác tán thành – chẳng hạn như mỉm cười hay gật đầu thân thiện – thì chắc chắn trong các tình huống tương tự chúng ta sẽ làm việc đó thêm lần nữa.

CƠ CHẾ TẬP QUEN XÃ HỘI

Trong nửa đầu thế kỷ 20, các nhà nghiên cứu phát triển thường nghĩ rằng ba cơ chế trưởng thành, biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm hoàn toàn phù hợp để giải thích mọi khía cạnh khác nhau trong sự phát triển ở trẻ. Tuy nhiên, ngày nay chúng ta chọn quan điểm nhân tính có phần ít đơn giản thái quá hơn. Các nhà tâm lý học hiểu rằng có nhiều cơ chế khác liên quan đến sự phát triển ở trẻ. Vì hầu hết những cơ chế này đều liên quan đến kinh nghiệm xã hội ở trẻ nên thường được hợp thành nhóm dưới tiêu đề **cơ chế tập quen xã hội.**

Sự mô phỏng

Một trong những cơ chế tập quen xã hội cơ bản nhất là quá trình **mô phỏng**. Như mọi bậc phụ huynh đều hiểu, trẻ tập quen bằng việc phỏng theo hành vi của người khác. Mô phỏng là con đường tắt rất có ích trong việc thu thập thông tin về cách hành động trong thế giới. Nếu chúng ta tìm hiểu mọi thứ bằng biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, chẳng hạn thì đó là một quá trình kéo dài, dai dẳng. Lẽ ra chúng ta cố thử nhiều hoạt động có thể khác nhau, xem kết quả của mỗi hoạt động là gì và chỉ lặp lại những hoạt động nào có kết quả thú vị. Nhưng mô phỏng là cách tập quen toàn bộ mẫu hành vi nhanh hơn nhiều.

Mô phỏng cũng giúp chúng ta nhanh chóng nhận thấy hành động nào chắc chắn mang lại kết quả thú vị, bao gồm việc quan sát hành vi của người khác và sau đó tự chúng ta làm giống như thế. Vì thế như một phần trong giai đoạn một, chúng ta có thể lựa chọn hành vi nào cần mô phỏng. Bandura (1969) chứng minh rằng trẻ có nhiều khả năng mô phỏng những người mà trẻ thấy đang nhận phần thưởng hay những người mà hành động của họ dẫn đến kết quả thú vị hơn là những người không được tưởng thưởng. Trong loại tập quen này, bản thân chúng ta không có được phần thưởng, chúng ta chỉ tập quen gián tiếp bằng cách nhìn thấy người khác được thưởng. Vì thế còn gọi là **củng cố gián tiếp.** Tập quen mô phỏng nhất là khi đi kèm với củng cố gián tiếp là một cơ chế thuyết phục trong tập quen xã hội đối với trẻ.

Sự đồng nhất

Một cơ chế tập quen xã hội khác là cơ chế **đồng nhất.** Trẻ so sánh mình với người khác. Như thế trẻ xem một số người giống mình, số khác không giống. Chúng ta thường đồng nhất với người khác mà theo chúng ta trong một số cách họ giống với mình: chúng ta sẽ chú ý đến sự giống nhau, cố hành động theo cách mà mình nghĩ người khác sẽ hành động. Đồng nhất khác với mô phỏng vì mô phỏng là việc phỏng theo động tác hay hành động rất cụ thể trong khi đồng nhất liên quan đến các loại hành vi chung – vì thế đồng nhất định hướng hành vi của chúng ta thậm chí trong những tình huống hoàn toàn mới lạ.

Chúng ta thường đồng nhất với những người quan trọng đối với mình. Chẳng hạn một đứa trẻ đồng nhất với mẹ mình và hành động mà đứa trẻ ấy tin rằng mẹ mình cũng hành động như thế. Như chúng ta đã biết trong Chương 15, chúng ta cũng đồng nhất với các nhóm xã hội, và hành động theo nhận dạng xã hội liên quan. Mặc dù đồng nhất xã hội không có vẻ tập quen ngay từ đầu thông qua đồng nhất cá nhân, vì trẻ bắt đầu tập quen nhiều hơn về xã hội qua trường học và phương tiện truyền thông đại chúng, mà thường đồng nhất với một nhóm xã hội (như "số trẻ học ở trường chúng ta chứ không phải học ở trường khác") hơn là nhóm xã hội khác.

Nhận thức đối chứng và nhận thức xã hội

Tuy nhiên khía cạnh khác trong cách trẻ tập quen liên quan đến việc trẻ suy nghĩ về tập quen ra sao – lĩnh vực **nhận thức đối chứng** chúng ta sẽ khảo sát gần cuối chương này. Như chúng ta đã biết, trẻ phát triển sự hiểu biết suy nghĩ hoạt động ra sao khi trẻ trưởng thành. Chẳng hạn trẻ tập quen với cách nên tập quen vấn đề gì đó, trẻ tìm hiểu trí nhớ hoạt động ra sao, và biết rằng mình có thể hay không thể làm được điều gì. Nhiều nghiên cứu đáng kể gần đây cho thấy kỹ năng nhận thức đối chứng ở trẻ là yếu tố rất quan trọng trong việc quyết định cách tương tác xã hội với người khác – sự tương tác này sẽ ảnh hưởng đến loại củng cố xã hội mà trẻ tiếp nhận.

Trẻ cũng phát triển **lý thuyết suy nghĩ** khi trẻ trưởng thành, và sử dụng lý thuyết này để giải thích hành vi của người khác. Chúng ta sẽ nghiên cứu điều này trong Chương 19. Quá trình nhận thức rằng người khác cũng có suy nghĩ và cố dự đoán những gì có thể đang diễn ra ở họ, là khía cạnh cơ bản trong tương tác ở con người – tất cả chúng ta đều như thế. Vì thế loại nhận thức xã hội này là một cơ chế tập quen quan trọng đối với trẻ khi trẻ học cách điều chỉnh hành vi của riêng mình phù hợp với tiêu chuẩn và giá trị được xã hội chấp nhận, cũng như hình thành cơ sở quan trọng cho cơ chế tuân thủ và phục tùng các tiêu chuẩn xã hội như chúng ta nghiên cứu trong Chương 16.

Suy nghĩ cái tôi hiệu quả

Các loại suy nghĩ ở trẻ về bản thân cũng quan trọng trong sự phát triển. Bandura (1988) cho rằng **suy nghĩ cái tôi hiệu quả** đối với chúng ta rất quan trọng vì chúng thể hiện những gì mà chúng ta nghĩ mình có khả năng. Nếu nghĩ rằng mình có khả năng làm việc gì đó thành công thì sau đó chúng ta có nhiều khả năng dồn nỗ lực trong việc thực hiện công việc ấy, và vì điều này chúng ta có nhiều khả năng thành công hơn. Điều này áp dụng cho người lớn cũng như trẻ, nhưng đặc biệt thấy rõ ở trẻ, vì suy nghĩ tích cực về cái tôi hiệu quả đều cần thiết nếu dồn nỗ lực vào việc tập quen các kỹ năng cần thiết trước tiên.

Một số nhà tâm lý học chứng minh rằng suy nghĩ về khả năng của riêng mình đã ảnh hưởng đến cách tương tác với thế giới, vì thế trẻ học hỏi từ cách tương tác ấy. Như chúng ta sẽ thấy trong phần động cơ thúc đẩy thành tựu, suy nghĩ của trẻ về trí năng chẳng hạn trực tiếp mang nhiều nỗ lực sẵn sàng dồn vào các công việc mang tính thử thách – vì thế trực tiếp ảnh hưởng đến mức độ thành công của một trẻ bất kỳ.

Mong đợi xã hội

Một cơ chế xã hội khác qua đó trẻ tập quen liên quan đến **mong đợi** của người khác. Trẻ chọn lọc những mong đợi của người khác đối với mình cho dù người khác có trực tiếp nói với trẻ hay không. Những mong đợi này thường trở thành tự thực hiện. Khi chúng ta nghiên cứu cách nuôi dạy trẻ sẽ hiểu rằng phụ huynh có sự mong đợi cao ở con cái theo nghĩa thành thật và lương tâm thường làm cho trẻ phải phấn đấu đạt đến những mong đợi ấy. Dự đoán tự thực hiện (xem Chương 15), trong đó một số hình thức hành vi xuất hiện đơn thuần là vì người ta cho là đúng, là một cơ chế rất quan trọng trong sự phát triển ở trẻ.

Tính phức tạp của tập quen xã hội cũng ngụ ý rằng trẻ cần phải có **mô hình** thích hợp để học hỏi, và mong đợi xã hội thích hợp quanh trẻ, nếu sau này không phải nhìn thấy mình đối lập với xã hội. Bronfenbrenner, năm 1974 tiến hành nghiên cứu quan sát thông lệ nuôi dạy trẻ ở Nga và Mỹ, cho rằng trong thời điểm ấy xã hội Nga truyền đạt tiêu chuẩn và tư tưởng xã hội mong đợi cho trẻ hiệu quả hơn xã hội Mỹ rất nhiều.

Ở Nga, người lớn thường tự xem mình phải trung thành với mục tiêu chung trong việc nuôi dạy con cái có trách nhiệm đối với xã hội, cho dù bản thân họ có phải là bố mẹ hay không, và trẻ được bao gồm trong hoạt động xã hội càng nhiều càng tốt. Trái lại, trẻ em Mỹ thường sống trong thế giới biệt lập với xã hội người lớn – một xã hội định hướng tiêu dùng, mang nặng chủ nghĩa cá nhân, bị truyền hình chi phối và áp lực của nhóm người đồng tuổi. Điều này có nghĩa mục tiêu của xã hội không được củng cố có hệ thống và trẻ phần lớn hành động theo phương cách của riêng mình.

Theo Bronfenbrenner, sự tách biệt trẻ em Mỹ ra khỏi thế giới người lớn dẫn đến kết quả thanh niên Mỹ thường xa lánh và không bị xã hội tác động. Dĩ nhiên, trong khi nước Nga có những vấn đề của riêng mình nhưng thanh niên Nga nói chung xa lánh xã hội ít hơn nhiều. Bronfenbrenner không cho rằng mọi thứ ở Nga đều tuyệt diệu, đúng ra ông chỉ đề cập mong đợi xã hội và cơ chế xã hội khuyến khích trẻ suy nghĩ mình là một bộ phận trong xã hội, phải cùng chia sẻ, là mục tiêu quan trọng trong một xã hội bất kỳ, và một số tiếp cận hệ thống đối với cách xã hội hóa trẻ chắc chắn phải có lợi đối với cá nhân lẫn xã hội.

Sau đó, chúng ta có thể thấy rằng cơ chế cơ bản trong phát triển ở trẻ phức tạp và tinh vi hơn suy nghĩ của các nhà tâm lý học ban đầu nhiều. Trẻ có được hiểu biết và kỹ năng qua nhiều quá trình xã hội khác nhau, giúp trẻ học cách hành động phù hợp trong xã hội. Một trong những cách tốt nhất xem điều này diễn ra ra sao là phải xét đến một số nghiên cứu tâm lý học về động cơ thúc đẩy thành tựu.

ĐỘNG CƠ THÚC ĐẨY THÀNH TỰU

Trẻ khác nhau theo nghĩa chúng tham vọng đến mức nào, học hỏi nhạy bén ra sao và chăm chỉ thế nào để đạt được thành tựu. Có mức độ động cơ thúc đẩy thành tựu cao tạo ra mọi sự khác nhau trong kết quả thực hiện ở một số người trong xã hội. Mặc dù một số xoay xở, hoàn thành trôi chảy mọi việc được giao phó nhưng hầu hết chúng ta đều gặp phải trở ngại và thất vọng trong cuộc sống. Nếu chúng ta bị những trở ngại này cản trở thì rất có thể không vượt qua được trở ngại và đạt được tham vọng cá nhân. Nhưng nếu vẫn còn tham vọng, chắc chắn chúng ta sẽ kiên trì nỗ lực, do đó có khả năng đạt được mục tiêu cá nhân trong đời sống nhiều hơn.

Nghiên cứu tâm lý học ban đầu về **động cơ thúc đẩy thành tựu** thường ám chỉ trẻ có nhiều mức độ động cơ thúc đẩy thành tựu khác nhau như thể đó là đặc điểm bên trong. Thực ra ngay cả hiện nay động cơ thúc đẩy thành tựu thường được gọi là **nAch**, viết tắt của chữ 'need to achieve' (nhu cầu phải đạt) điều này dựa trên nhận xét rằng một số trẻ có vẻ tha thiết hơn số trẻ khác muốn đạt thành công trong các công việc lớn, nhỏ, sẽ rất cố gắng đạt được mục tiêu bất kỳ được đặt ra. Mặc dù cũng đáng nghi vấn liệu động cơ thúc đẩy thành tựu thực sự có phải là đặc điểm bên trong hay không.

Nguồn gốc động cơ thúc đẩy thành tựu

Có một số nghiên cứu chứng minh trẻ có bố mẹ mong đợi cao ở con cái thường đạt được thành tựu nhiều hơn số trẻ có bố mẹ mong đợi thấp đối với sự thành công có thể của con cái. Trong một nghiên cứu kinh điển thuộc loại này, Rosen và d'Andrade (1959) yêu cầu trẻ xây tháp bằng các khối xây dựng trong khi bịt mắt trẻ. Bố mẹ quan sát khi con họ xây và được trò chuyện với con cái. Các nhà nghiên cứu nhận thấy trẻ có động cơ thúc đẩy thành tựu cao nhất – luôn cố gắng và nhắm đến mục đích cao hơn – đều có bố mẹ mong đợi nhiều ở trẻ và bố mẹ ấy cũng khuyến khích trẻ khi trẻ thực hiện công việc.

Atkinson (1964) cho rằng động cơ thúc đẩy thành tựu có thể xem là phát xuất từ 3 yếu tố: sức mạnh động cơ, sự mong đợi và sự khuyến khích. Những yếu tố này không tách rời nhau vì sức mạnh động cơ phải thành công – một trong các yếu tố – tùy vào sự mong đợi thành công ở trẻ và giá trị khuyến khích thành công hay thất bại. Trẻ không nghĩ rằng mình có khả năng thành công và có ít sự khuyến khích vì không được khuyến khích hay khen thưởng đặc biệt, thường không có động cơ thúc đẩy thật cao.

Có nhiều chứng cứ nghiên cứu đáng kể liên kết mức độ thực hiện cao đối với các công việc thử thách với sự mong đợi cao. Trẻ bị ảnh hưởng mạnh bởi bố mẹ mong đợi thành công ở trẻ cũng như sự mong đợi thành công của chính trẻ. Mong đợi cao theo Dweck và Elliott (1983) phát xuất từ 3 nguồn, liệt kê trong Bảng 18.1.

Atkinson cũng nhấn mạnh các khía cạnh khác trong giá trị khuyến khích thành công hay thất bại. Điều này dựa trên quan điểm cho rằng mọi công việc bao gồm một lượng mâu thuẫn nhất định giữa tiếp cận và láng tránh. Atkinson cho rằng trong mỗi công việc đều có **mâu thuẫn tiếp cận – láng tránh** giữa việc đạt đến thành công vốn là loại mục tiêu tích cực chúng ta muốn tiếp cận và tránh thất bại vốn là một loại kết quả tiêu cực mà chúng ta muốn tránh. Vì thế mặc dù việc đạt được thành công có vẻ hấp dẫn nhưng rủi ro thất bại cũng có vẻ không lôi cuốn. Nếu trẻ không đánh giá công việc đặc biệt cao hay nếu tự xem mình là không thể thành công thì sau đó việc tránh thất bại có thể quan trọng hơn là cố gắng để thành công.

Nỗ lực và quy kết

Nhiều lý thuyết động cơ thúc đẩy thành tựu gần đây hơn nhấn mạnh suy nghĩ về

Bảng 18.1 Nguồn động cơ thúc đẩy thành tựu

1. *Phân tích hiện thực* công việc hay kỹ năng liên quan khi hoạch định chiến lược. Không có đánh giá thực tế tình hình và loại kỹ năng mà vấn đề chắc chắn cần đến, thì sau đó một nỗ lực bất kỳ không chắc đáng giá.
2. *Suy nghĩ cái tôi hiệu quả* của con người về khả năng của riêng mình. Những suy nghĩ này trực tiếp ảnh hưởng nên chuẩn bị dồn nỗ lực nhiều đến mức nào. Bandura cho rằng đối với những người có suy nghĩ về cái tôi hiệu quả của mình thường cao hơn chứng cứ cho thấy thường là điều tốt vì điều này khuyến khích họ nhắm đến mục đích cao hơn hay cố gắng nhiều hơn, vì thế phát triển kỹ năng của mình nhiều hơn nữa.
3. *Tiêu chuẩn* mà cá nhân duy trì. Để hoạt động tối ưu, những tiêu chuẩn này mang tính cá nhân hơn là quy phạm – nói cách khác chúng phải liên quan với mục tiêu riêng của cá nhân hơn là những gì mà người khác đạt được hay không đạt được. Ngoài ra, những tiêu chuẩn như thế cần phải linh động sao cho có thể thích ứng với yêu cầu tình huống. Mong đợi toàn bộ sự thành công vào mọi lúc trong mọi tình huống là điều không thực tế nhưng nếu một người có mục tiêu học tập, sau đó nếu một nhiệm vụ hóa ra là một công việc khác với kinh nghiệm trước đây, thì họ sẽ có khả năng sửa đổi tiêu chuẩn của mình cho phù hợp.

Nguồn: phỏng theo Dweck và Elliott, 1983 khả năng, về kết quả có thể ở trẻ. Quan điểm là **sự quy kết** mà trẻ tạo ra đối với nỗ lực và thành tựu sẽ ảnh hưởng đến việc trẻ sẽ nỗ lực nhiều hay ít để được thành công. Chẳng hạn, nếu trẻ quy kết thất bại là do thiếu khả năng thì điều này dẫn đến việc trẻ nghĩ rằng mình không thể đạt được nhiều hơn sau này. Do đó, không chắc trẻ sẽ kiên trì trong một công việc cần đến nỗ lực vì trẻ nghĩ rằng dù nỗ lực cũng không giúp mình thành công nhiều hơn. Trái lại, nếu trẻ quy kết thất bại là do một số nguyên nhân khác chẳng hạn như thiếu cố gắng thì khi đối mặt với công việc tương tự, trẻ sẽ dồn nỗ lực nhiều hơn, vì thế về lâu dài có nhiều khả năng thành công hơn.

Dweck và Elliott (1983) báo cáo nghiên cứu của Bandura và Dweck trong đó họ nghiên cứu **lý thuyết trí năng** khác nhau và thành tựu ở trẻ. Nói chung, những lý thuyết này có thể chia thành hai nhóm. Một nhóm trẻ thường xem trí năng là vốn tiết mục kỹ năng tập quen gia tăng cùng với nỗ lực. Nhóm trẻ khác thường xem trí năng là một phẩm chất chung, ổn định mà con người có một lượng cố định, không đổi. Đối với nhóm này, thành công trong việc thực hiện một công việc cho thấy liệu lượng trí năng cá nhân sở hữu có phù hợp hay không.

Bandura và Dweck chứng minh rằng hai lý thuyết này dẫn đến kết quả trẻ cọ nhận thức rất khác nhau về việc liệu có đáng giá nỗ lực khi cảm nhận một công việc khó khăn hay không. Trẻ ở nhóm thứ nhất xem nỗ lực như sự đầu tư rất có thể làm tăng trí năng của mình trong khi nhóm thứ hai xem nỗ lực như một rủi ro cho thấy mình có lượng trí năng không phù hợp. Vì thế nhóm trẻ thứ hai chắc chắn không cố gắng nhiều trong công việc và thường đặt ra cho mình mục tiêu rất thấp. Chúng ta có thể thấy những chứng cứ này liên kết với cơ chế quy kết xã hội và mô tả xã hội đã nghiên cứu trong Chương 15.

Tập quen và mục tiêu thực hiện

Trong nghiên cứu của Bandura và Dweck, **mục tiêu cá nhân** của hai nhóm trẻ cũng khác nhau. Nhóm trẻ thứ nhất có mục tiêu tập quen – nói chung chúng nhắm đến việc thực hiện tốt hơn trong một công việc bất kỳ. Chúng xem thực hiện công việc như một quá trình liên tục để tự cải thiện. Nhưng nhóm trẻ thứ hai có mục tiêu thực hiện. Chúng đánh giá công việc là đáng giá hay không bằng việc công việc ấy có kết quả thành công hay không. Thực ra chúng không tính đến sự phát triển tập quen hay cá nhân bất kỳ phát sinh từ việc nỗ lực thực hiện công việc.

Nghiên cứu khác, được Dweck và Elliott báo cáo năm 1983, chứng minh rằng trẻ có **mục tiêu tập quen** không có khuynh hướng thể hiện sự giảm sút bất kỳ trong thực hiện nếu chúng đảm nhận một loạt các công việc kết thúc bằng những thất bại lặp đi lặp lại. Thay vào đó, chúng tiến hành những công việc ở mức độ động cơ thúc đẩy cao hơn. Nhưng trẻ có **mục tiêu thực hiện** thường thể hiện sự lệch lạc đáng kể trong hành vi nếu đảm nhận công việc và không thành công. Vì thế khi có mục tiêu tập quen và niềm tin tuyệt đối vào trí năng như một tập hợp những kỹ năng có được thường làm cho trẻ có nhiều khả năng thành công hơn trong các công việc dài hạn có một số thất vọng ban đầu. Điều này bao gồm công việc như biết đọc biết viết cơ bản học đọc rất khó, lúc đầu thường thất vọng, chỉ bằng nỗ lực và luyện tập công việc này mới dễ hơn miễn là thành tựu dài hạn trong trường học và nơi làm việc.

Chúng ta có thể nhận thấy đánh giá nhận thức của trẻ và suy nghĩ về tình huống có vẻ là những yếu tố quan trọng nhất trong việc quyết định liệu trẻ ấy kiên trì trong một công việc cụ thể hay không. Chúng ta cũng nhận thấy ban đầu những gì đối với nhà tâm lý học có vẻ như là một đặc điểm tính cách bên trong – động cơ thúc đẩy thành tựu – thì giờ đây có vẻ hoàn toàn khác khi sự áp dụng tinh vi hiểu biết thế giới của trẻ vào tình huống trước mặt chúng. Nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu cũng phản ánh sự nhấn mạnh tâm lý học phát triển đã thay đổi từ việc phân loại và mô tả đặc điểm mà trẻ có vẻ như đang sở hữu chuyển sang việc nhận dạng trẻ hiểu thế giới của mình như thế nào. Khung 18.1 đề cập sự thay đổi của tâm lý học phát triển trong thế kỷ 20 và trong những thời điểm khác nhau tiếp cận khác nhau phổ biến ra sao.

Khung 18.1 Thay đổi quan điểm trong tâm lý học phát triển

Lịch sử tư tưởng trong tâm lý học phát triển trong nhiều cách phản ánh cách tư tưởng thay đổi trong xã hội nói chung trong suốt thế kỷ 20. Đầu thế kỷ, đặc biệt được mô tả trong công trình của Gesell, một trong những nhà sáng lập tâm lý học phát triển, chúng ta nhận thấy **sự trưởng thành di truyền** như nguồn phát triển. Sự chú ý này vào những đặc điểm bẩm sinh mang tính điển hình của tâm lý học trong thời đại – chính vào thời điểm này chúng ta nhận thấy sự nhấn mạnh xem trí năng do yếu tố di truyền quyết định chẳng hạn. Trong nhiều cách, đây chính là tàn dư của cách tư duy thời Victoria, nói chung chọn quan điểm cho rằng xã hội, và địa vị cá nhân trong xã hội, phần lớn do Chúa trời ban phát, không thể thay đổi dễ dàng.

Sau Thế chiến I, vấn đề thay đổi đáng kể – không phải là đồng thời, hiển nhiên, vì mô thức thay đổi cần phải có thời gian để phát triển nhưng đây là thời đại của **thuyết hiện đại** – tin tưởng vào sự tiến bộ, đối với con người có thể hình thành một thế giới mới, dũng cảm trong đó di sản của các vấn đề xã hội trước đây sẽ tan biến khi đối mặt với sự tiến bộ khoa học. Khoa học và công nghệ sẽ tìm thấy lời đáp đối với tất cả vấn đề xã hội cũng như các vấn đề sinh học và cơ thể. Trong tâm lý học đây là kỷ nguyên, trong đó triết lý **thuyết hành vi** – nhấn mạnh xem con người như một *tấm bảng xóa sạch* (tabula rasa), hoàn toàn đón nhận kinh nghiệm – thực sự chi phối. Trong tâm lý học phát triển, đây là giai đoạn tìm hiểu khả năng có thể biến đổi ở trẻ và cách trẻ phản ứng với các hình thức rèn luyện kích thích – phản ứng khác nhau.

Sau chiến tranh, mặc dù thuyết hành vi vẫn còn thịnh hành nhưng có nhiều quan điểm khác bắt đầu xuất hiện. Quan điểm theo thuyết hiện đại dần dần nhường chỗ cho ý thức rằng sự vật hoàn toàn không đơn giản như thế. Mặc dù tâm lý học ở Anh vào thời điểm này phần lớn bị thuyết hành vi và phép đo nghiệm tâm thần chi phối, nhưng các quan điểm khác cũng bắt đầu xuất hiện. Rogers, Maslow và Bruner tất cả đều đưa ra những cách tìm hiểu kinh nghiệm con người khác nhau, trong lĩnh vực phát triển, công trình mang tính quyết định của Bandura hợp thức hóa việc công nhận rằng trẻ sử dụng nhiều hình thức tập quen phức tạp hơn biến đổi điều kiện ngoại cảnh. Những người ủng hộ tiếp cận tập quen xã hội của Bandura bắt đầu nghiên cứu ảnh hưởng của việc nuôi dạy con: tiến hành nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu, phát triển sự gây hấn, và thậm chí nâng lên đến mức gần giống như quan điểm dị giáo, cho rằng có lẽ tập quen vai trò giới tính hơn là nằm trong một phần của trật tự tự nhiên bản năng và không nghi vấn.

Thập niên 1960 và 1970 chứng kiến sự ra đời của **phong trào thuyết cấu**

trúc cả trong đời sống xã hội nói chung, trong lý thuyết học thuật và trong tâm lý học phát triển, trong hình thức tán thành tiếp cận của Piaget đối với sự phát triển ở trẻ. Lý thuyết quan trọng của Piaget thống trị tâm lý học xã hội một khoảng thời gian. Nhưng mô thức thay đổi lần nữa, khi các nhà nghiên cứu ngày càng nhận biết về tính tinh tế cũng như tầm quan trọng của tương tác xã hội và nhận thức xã hội. Như trong tâm lý học nói chung, các yếu tố xã hội ngày càng thấm sâu trong tâm lý học phát triển – thật trớ trêu, được minh họa trong nghiên cứu của Vygotsky, một nhà tâm lý học người Nga trong thập niên 1920, với tiếp cận có vẻ diễn đạt rõ ràng nhất sự chú ý đương đại đối với tương tác xã hội và khả năng giáo dục.

BIẾN ĐỔI ĐIỀU KIỆN NGOẠI CẢNH VÀ TẬP QUEN

Phần lớn nghiên cứu cơ chế tập quen cơ bản được tiến hành ở động vật hơn là ở người. Điều này không phải là ngẫu nhiên nhất là khi phải đi đến việc nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh có vẻ là hình thức tập quen cơ bản nhất và nhiều nhà tâm lý học trong nửa đầu thế kỷ 20 cho rằng đây là cơ chế cơ bản làm nền tảng cho tất cả sự tập quen khác. Họ cho rằng nghiên cứu sự tập quen ở động vật sẽ biết được những cơ chế ấy rõ ràng hơn, vì động vật tập quen những vấn đề ít phức tạp hơn con người.

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh được nhiều người theo thuyết hành vi nghiên cứu khá chi tiết, họ cho rằng về cơ bản tập quen là sự thay đổi trong hành vi do kinh nghiệm mang lại. Hành vi mới xuất hiện trong những điều kiện môi trường thích hợp, là nơi thuật ngữ "biến đổi điều kiện ngoại cảnh" phát sinh. Những người theo thuyết hành vi nghiên cứu hai hình thức cơ bản của biến đổi điều kiện ngoại cảnh: biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm.

BIẾN ĐỔI ĐIỀU KIỆN NGOẠI CẢNH CỔ ĐIỂN

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển phát triển từ hai loạt nghiên cứu song song trong tập quen liên tưởng. Ở Mỹ, J.B. Watson (1903) phát triển **luật tập luyện**, cho rằng một liên tưởng được tập quen giữa kích thích và phản ứng có thể được hình thành đơn giản bằng cách lặp đi lặp lại hai yếu tố thường gặp nhất. Đồng thời, ở Nga, Ivan Pavlov nghiên cứu phản ứng – phản xạ không cố ý có thể biến đổi có vẻ như phản ứng trước những hình thức kích thích mới. Nghiên cứu của Pavlov về **phản xạ có điều kiện** là một trong những sách giáo khoa kinh điển về tâm lý học và y học.

Trong một loạt thí nghiệm ở chó được báo cáo năm 1927, Pavlov chứng minh rằng chó có thể tập quen tạo ra phản ứng tiết nước bọt khi nghe tiếng chuông, nếu âm thanh ấy được lặp đi lặp lại cùng với việc đưa thức ăn. Điều này rất quan trọng vì tiết nước bọt đối với thức ăn là một phản ứng vô tình, không phải là loại phản ứng động vật tạo ra có suy nghĩ cân nhắc. Ngoài ra, Pavlov nhận thấy phản ứng thường chung hóa phản ứng đối với kích thích tương tự. Tuy nhiên, động vật cũng có thể được rèn luyện phân biệt các kích thích giống nhau, nếu một kích thích được củng cố trong khi kích thích khác thì không. Việc giới thiệu kích thích tập quen lặp đi lặp lại không có kích thích không tập quen ban đầu sẽ dẫn đến việc biến mất phản ứng tập quen.

Sự củng cố

Sự củng cố là một trong những khái niệm chính trong hình thức tập quen này. Theo cả Watson lẫn Pavlov, sự liên tưởng tập quen được củng cố hay tăng cường bằng cách lặp đi lặp lại sự liên tưởng giữa kích thích và phản ứng nhiều lần. Watson gọi đây là **luật tập luyện:** bằng cách tập luyện sự liên kết giữa kích thích và phản ứng, sẽ củng cố được sự liên tưởng giữa cả hai.

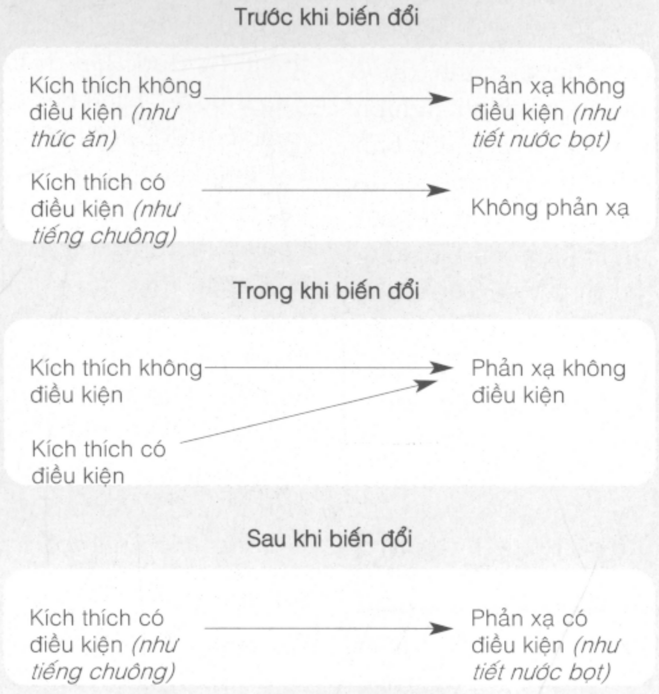
Thuyết của Pavlov mô tả củng cố như sự lặp đi lặp lại việc ghép cặp một kích thích không điều kiện hay không được tập quen với một kích thích có điều kiện hay kích thích được tập quen. Vì kích thích không điều kiện, đưa thức ăn cho chó trong minh họa của Pavlov mang lại phản ứng không điều kiện – việc ghép cặp cả hai có nghĩa là phản ứng tiết nước bọt cũng liên kết với kích thích có điều kiện – tiếng chuông. Vì thế, với sự ghép cặp lặp đi lặp lại, sự liên tưởng giữa chuông và phản ứng sẽ được củng cố cho đến sau cùng kích thích có điều kiện không thôi cũng đủ gợi ra sự tiết nước bọt (Hình 18.1). Sự tiết nước bọt trở thành một phản ứng có điều kiện.

Phản ứng tự chủ

Có lẽ minh họa biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển tốt hơn có thể nhìn thấy trong thí nghiệm sử dụng con người trong nghiên cứu của Menzies năm 1937. Menzies nghiên cứu **sự co mạch** – mạch máu co thắt và rút khỏi bề mặt da khi gặp điều kiện lạnh. Sự co mạch hoạt động như một trong những cơ chế điều hòa thân nhiệt tự động của cơ thể, giúp cơ thể tránh việc mất nhiệt qua da. Nhưng đây không phải là phản ứng trong sự kiểm soát có ý thức – xảy ra theo cách vô tình. Menzies làm co mạch bằng cách nhúng bàn tay của người tham gia nghiên cứu vào trong nước đá. Đồng thời, họ nghe tiếng còi. Sau nhiều thử nghiệm, người ta phát hiện chính tiếng còi đã gợi ra phản ứng co mạch.

Thí nghiệm này vô cùng thú vị không phải bao gồm nhiều đặc điểm dễ phân biệt của biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển mà còn nhấn mạnh tính chất **tự chủ**

Hình 18.1 Biến đổi do ngoại cảnh cổ điển


Trước khi biến đổi
Kích thích không điều kiện *(như thức ăn)*
Phản xạ không điều kiện *(như tiết nước bọt)*
Kích thích có điều kiện *(như tiếng chuông)*
Không phản xạ
Trong khi biến đổi
Kích thích không điều kiện
Phản xạ không điều kiện
Kích thích có điều kiện
Sau khi biến đổi
Kích thích có điều kiện *(như tiếng chuông)*
Phản xạ có điều kiện *(như tiết nước bọt)*

của hình thức tập quen này. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển liên quan đến sự liên tưởng trực tiếp giữa kích thích và phản ứng, như thế không do các cơ chế nhận thức nghĩ ra – bạn không phải nghĩ gì về nó. Nó chỉ liên quan đến phản ứng tự chủ cơ bản do tủy sống và tủy nghĩ ra (xem Chương 13). Khi chúng ta áp dụng khái niệm biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển đối với hành vi con người, điều quan trọng nên nhớ là nó hoạt động ở mức độ không nhận thức. Không dễ phá vỡ một phản ứng có điều kiện bằng cách suy nghĩ hay lập luận – chúng thường biến mất khi phá vỡ liên kết kích thích – phản ứng.

Liệu pháp hành vi

Vì biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển hoạt động ở mức tự chủ nên thường đi kèm với phản ứng lo sợ hay lo âu. Một số kỹ thuật áp dụng trong liệu pháp hành vi chẳng hạn như gây tê hệ thống, liệu pháp âm khép và liệu pháp ác cảm (xem Chương 9), chấp nhận khuôn khổ biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển để tạo ra những liên tưởng mới giữa kích thích và phản ứng.

Tuy nhiên có một số hoài nghi liệu trong loại liệu pháp này tập quen phản ứng – kích thích thực ra có quan trọng hay không. Sự chỉ trích tập trung vào hai lĩnh vực: thứ nhất, mối quan hệ hình thành giữa nhà điều trị và khách hàng, và thứ hai, con người thường củng cố phản ứng khó chịu do **sự nhắc lại nhận thức:** "điều gì xảy ra nếu..." Mô hình tập quen theo thuyết hành vi cứng nhắc không có chỗ cho các yếu tố nhận thức thuộc loại này.

Xử lý nhận thức trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển

Tuy nhiên, có một số nghiên cứu ngụ ý rằng biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển có thể liên kết với các hình thức xử lý nhận thức cao hơn. Chẳng hạn, nghiên cứu khái quát hóa kích thích do Volkova tiến hành năm 1953 chọn hình thức thí nghiệm biến đổi dễ hiểu thực hiện với trẻ em Nga. Kích thích có điều kiện mà tiếng Nga gọi là "tốt". Kích thích không điều kiện là những thìa mứt man việt quất đầy, đưa trực tiếp vào miệng trẻ. Phản xạ không điều kiện được đánh giá là sự tiết nước bọt.

Volkova nhận thấy một khi điều kiện biến đổi cơ bản được hình thành, trẻ tiết nước bọt nhiều đối với những câu có nghĩa "tốt", cũng như đối với từ "tốt". Điều này thật lý thú vì khái quát hóa phản xạ theo cách này, trẻ phải hiểu mỗi câu cũng như ngụ ý xã hội của nó. Điều này cho thấy có thể liên kết nhận thức với biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển – nếu chỉ thông qua trí tưởng tượng và hình ảnh suy nghĩ.

Ở mức độ nào đó, nghiên cứu gần đây trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển đã thoát khỏi giả định theo thuyết hành vi truyền thống, ngày nay có thể chấp nhận quan điểm cho rằng một số yếu tố nhận thức có thể liên quan. Điều này đặc biệt áp dụng cho khái niệm **mong đợi:** Pearce (1987) đề cập mô hình biến đổi hiện nay bao gồm quan điểm cho rằng việc đưa ra kích thích có điều kiện làm cho động vật phục hồi mô tả suy nghĩ về kích thích không điều kiện trong bộ nhớ và hành động phù hợp.

Pavlov và nhiều người theo thuyết hành vi truyền thống cho rằng yếu tố quyết định liên quan đến biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển là **sự liên tưởng nhất thời** – kích thích không điều kiện và kích thích có điều kiện đều xảy ra cùng lúc. Tuy nhiên, năm 1972, Rescorla cho rằng điều quan trọng trong quá trình biến đổi không phải là sự liên tưởng nhất thời, mà là kích thích có điều kiện cho phép động vật dự đoán điều gì sẽ diễn ra kế tiếp. Theo Rescorla, chính sự mong đợi của động vật tạo ra phản xạ có điều kiện.

Trong một thí nghiệm, năm 1968 Rescorla nghiên cứu liệu kích thích có điều kiện dự đoán kích thích không điều kiện có phải là điều quan trọng hay không. Nhiều nhóm chuột trong quá trình thí nghiệm, nghe tiếng động, có xác suất 0,4 (hai cơ hội trong số năm) khi bị điện giật, điều này trong mọi nhóm đều như nhau. Nhưng trong một số nhóm, trước khi bị điện giật thường nghe âm thanh – âm thanh là dấu báo hiệu bị điện giật, đối với các nhóm khác, không nhất thiết báo trước điện giật bằng âm thanh – chuột không thể dự đoán điện giật từ âm thanh.

Rescorla nhận thấy nhóm chuột thứ nhất biến đổi rất nhanh đối với âm thanh nhưng nhóm chuột khác bị điện giật không có âm thanh cảnh báo nói chung không hề biến đổi. Có vẻ trừ phi kích thích có điều kiện có một số khả năng dự đoán, thì biến đổi theo điều kiện ngoại cảnh không diễn ra. Chứng cứ này được lặp lại trong nhiều thí nghiệm. **Khả năng dự đoán** – liệu kích thích có điều kiện có thể dự đoán kích thích không điều kiện hay không – chứng tỏ quan trọng hơn cả hai yếu tố do Watson và Pavlov nhận dạng. Điều này còn quan trọng hơn sự liên tưởng nhất thời, cũng như quan trọng hơn kích thích không điều kiện và có điều kiện được ghép đôi thường xuyên ra sao.

Ngụ ý của nghiên cứu Rescorla rất rõ: lập luận máy móc của thuyết hành vi truyền thống không đủ để giải thích những gì đang diễn ra trong quá trình biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển. Những gì mà động vật mong sẽ xảy ra là quan trọng nhất, điều này lệ thuộc vào việc liệu có những đặc điểm tình huống cho phép dự đoán hay không. Seligman (1975) cho rằng kích thích có điều kiện đang được động vật sử dụng như tín hiệu "cảnh báo" sao cho động vật biết được khi nào thoải mái và khi nào đáng sợ. Ông cho thấy số chuột không có dấu hiệu dự đoán đáng tin cậy khi nào bị điện giật, lúc nào cũng tỏ ra sợ hãi, thậm chí bị bệnh u xơ do căng thẳng. **Tính không chắc** về những gì nên mong đợi có thể tạo ra sự lo âu ở chuột cũng như ở người.

Trong nghiên cứu khác, Kamin (1969) chứng minh rằng với kích thích có điều kiện cái có thể dự đoán kích thích không điều kiện, không chỉ là điều cần thiết mà còn có vẻ thích hợp. Nếu động vật hiểu rằng một kích thích có điều kiện là dấu hiệu dự đoán đáng tin của một kích thích không điều kiện – chẳng hạn, nếu một con chuột biết rằng ánh sáng sẽ dự đoán đáng tin rằng nó sẽ bị điện giật – thì chuột sẽ không biến đổi đối với một kích thích khác. Chẳng hạn, một con chuột như thế không biết rằng âm thanh cũng dự đoán sẽ bị điện giật. Kamin mô tả điều này là **phong bế.** Một khi động vật hiểu được một liên kết đáng tin, nó sẽ phong bế các liên kết khác vì không cần thiết.

Tính sẵn sàng trong tập quen

Mặc dù biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển dựa trên khái niệm củng cố thông qua lặp lại, đôi lúc thường được nhận xét rằng, sự phô bày duy nhất trước một sự kiện đặc biệt tác động hay khó chịu cũng có vẻ tác động rất mạnh đến hình thức tập quen liên tưởng. Seligman (1971) nghiên cứu sự **tập quen một lần thử** này mà ông đặt tên là "hiện tượng nước sốt Béarnaise", sau khi vào một nhà hàng, ở đây ông đã dùng nước sốt Béarnaise, sau đó bị ốm, và nhận thấy mình không thể nào ăn được nước sốt Béarnaise này lần thứ hai.

Tập quen một lần thử tự nó đặc biệt phản kháng sự hủy diệt. Seligman đề cập điều này theo nghĩa cơ chế sống còn cơ bản. Nếu chúng ta chọn quan điểm so sánh, xem tập quen một lần thử như một cơ chế tiến hóa qua chọn lọc tự nhiên thì cũng có ý nghĩa khi nghiên cứu chức năng tiềm ẩn của một phản ứng như thế. Nếu một điều gì đó khiến bạn ốm, có nghĩa đây là dấu hiệu đáng tin cho thấy điều đó (hay một lượng lớn) làm nhiễm độc hệ thống của bạn. Ốm có nghĩa là cơ thể bạn phải loại bỏ chất độc có hại cho cơ thể. Vì thế, theo nghĩa sống còn, thật có ý nghĩa đối với động vật phải tránh thức ăn trước đây đã làm mình ốm. Bằng cách đó, động vật sẽ tránh nguy cơ tự làm nhiễm độc cơ thể lần thứ hai. Cảm giác ác cảm mạnh đối với thức ăn như thế trở thành cơ chế sống còn đáng giá đối với một động vật bất kỳ, kể cả con người.

Lập luận này có những ngụ ý lý thú. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển truyền thống và thuyết hành vi nói chung trên cơ sở tiền đề **tính toàn năng** – quan điểm cho rằng biến đổi chỉ hiệu quả khi ghép đôi kích thích với nhau, vì cơ thể sống khởi đầu như một *tabula rasa* – một phiến đá trắng. Nhưng Seligman (1970) cho rằng khái niệm sống còn ngụ ý rằng một số kích thích được ghép đôi dễ hơn với một số kích thích khác – có một trạng thái "sẵn sàng" tập quen với một số loại sự kiện này hơn là sự kiện khác.

Số lượng nghiên cứu thực nghiệm đáng kể xuất hiện ủng hộ khái niệm **tính sẵn sàng**. Garcia và Koelling (1966) tiến hành nghiên cứu trong đó cho số chuột khát nước uống nước muối. Nước kèm theo ánh sáng và tiếng lách cách. Sau đó, một nhóm chuột được tiêm một chất độc vừa phải, gây ốm, nhóm chuột thứ hai bị điện giật khó chịu. Garcia và Koelling nhận thấy số chuột bị ốm không uống nước muối lần thứ hai (mặc dù chúng vẫn uống nước không bỏ muối) trong khi số chuột bị điện giật vẫn uống. Nhưng số chuột bị điện giật không uống khi có ánh sáng và tiếng lách cách.

Trong nghiên cứu khác, Shapiro, Jacobs và Lolordo (1980) chứng minh rằng bồ câu liên kết sự có mặt của ánh đèn đỏ với thức ăn rất dễ nhưng liên kết ánh đèn đỏ với điện giật rất khó. Nhưng chúng cũng liên kết tiếng động với cú sốc dễ hơn với thức ăn. Có vẻ bồ câu sẵn sàng liên kết âm thanh với kích thích bất lợi và thông tin thị giác với thức ăn. Những nghiên cứu này và một số nghiên cứu tương tự cung cấp nhiều chứng cứ đáng kể ủng hộ giả thuyết tính sẵn sàng của Seligman.

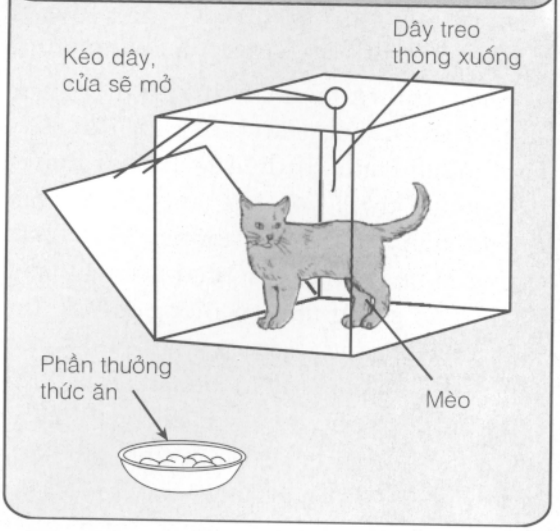
Điều chúng ta nhận thấy khi nghiên cứu khảo sát gần đây về biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển là hai xu hướng tư tưởng khác với các mô hình theo thuyết hành vi truyền thống. Mặt khác, chúng ta nhận thấy cần phải gợi ra cơ chế nhận thức giống như sự mong đợi để tìm hiểu điều gì đang xảy ra thay vì chỉ đơn thuần chọn quan điểm bên ngoài, "duy nhất chỉ có hành vi". Và chúng ta cũng nhận thấy động vật có một tính sẵn sàng bẩm sinh để tập quen một số vấn đề này nhiều hơn các vấn đề khác, phủ nhận khái niệm "phiến đá trắng". Nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm cũng chuyển sang góc độ nhận thức nhiều hơn, chúng ta sẽ thấy sau này.

BIẾN ĐỔI ĐIỀU KIỆN NGOẠI CẢNH THỰC NGHIỆM

Năm 1911, Thorndike báo cáo một loạt nghiên cứu tập quen thử nghiệm – sai sót. Thorndike sử dụng mèo bỏ trong **hộp câu đố** được thiết kế đặc biệt. Ông để thức ăn ngoài hộp, bỏ mèo vào trong, để thoát khỏi hộp, phải kéo sợi dây từ nóc hộp thòng xuống (Hình 18.2). Thorndike để ý lượng thời gian để mèo thoát khỏi hộp ít ổn định hơn khi mèo đã có kinh nghiệm về hộp câu đố. Phác họa dữ liệu trên một đồ thị tạo ra một **đường cong tập quen** đặc trưng, chứng minh rằng mèo bỏ vào trong hộp thường xuyên hơn thì thời gian thoát khỏi hộp ít hơn.

Rõ ràng mèo học cách thoát khỏi hộp bằng thử nghiệm và sai sót. Nhưng sự tập quen này diễn ra như thế nào? Thorndike cho rằng mèo học cách kéo sợi dây vì những gì xảy ra một lần khi mèo kéo dây. Thoát ra khỏi hộp là một kết quả lý thú đối với mèo, khi đến được dĩa thức ăn. Từ nghiên cứu này, Thorndike phát biểu **Luật kết quả** có hệ thống cho rằng một

Hình 18.2 Hộp câu đố của Thorndike

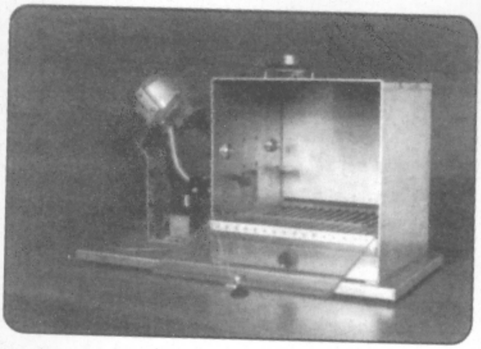


hành vi nhất định rất có khả năng được lặp lại nếu tạo ra kết quả thú vị.

Quan điểm này được B.F. Skinner, phát triển chi tiết vào năm 1938. Skinner nghiên cứu Luật kết quả chi tiết, giải quyết các yếu tố khác nhau ảnh hưởng đến sự tập quen. Một trong những bộ phận quan trọng nhất của thiết bị mà ông sử dụng trong lần này là công cụ gọi là **hộp Skinner,** đây là một hộp trong đó động vật được tập luyện thận trọng để tạo ra phản ứng. Thông thường, hộp Skinner có đòn bẩy để động vật đè (đây có thể là hành vi đang được rèn luyện), máng đựng thức ăn để cho động vật phần thưởng khi thực hiện đúng hành vi, ánh đèn báo hiệu khi có phản ứng và đôi khi, mặc dù không phải luôn luôn, lưới đáy hộp bị truyền điện để tạo cú điện giật nhẹ (Hình 18.3).

Từ nhiều nghiên cứu liên quan đến tập luyện động vật tạo ra hành vi cụ thể, Skinner (1938) đưa ra lý thuyết **biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm**. Như một phần trong lý thuyết này, ông cho rằng loại tập quen này giải thích cho hầu hết mọi hành vi của con người. Sau cùng, như chúng ta đã biết trong Chương 4, thậm chí ông phát triển thành thuyết giải thích sự có được ngôn ngữ (Skinner, 1957).

Hình 18.3 Hộp Skinner



Ảnh: Colin Smith

Sự củng cố

Quan điểm chính trong thuyết của Skinner là một sinh vật sống bất kỳ sẽ phát ra **thực nghiệm** – những động tác nhỏ có tác dụng đối với môi trường xung quanh. Nếu những thực nghiệm này có một số loại kết quả lý thú nào đó thì chúng có thể định dạng thành những đơn vị hành vi lớn, ngày càng phức tạp hơn.

Nghiên cứu của Skinner bao gồm nhiều cách khác nhau để củng cố hay tăng cường sự tập quen này. Đối với Thorndike, mèo thoát khỏi hộp và nhận thức ăn là những kết quả tương đương – ông xem cả hai có cùng kết quả thú vị. Nhưng Skinner phân biệt giữa **củng cố tích cực** khi nhận phần thưởng (như thức ăn) và **củng cố tiêu cực** (như thoát khỏi hộp). Mặc dù cả hai đều củng cố sự tập quen và phù hợp với Luật kết quả, Skinner cho rằng cả hai tạo ra kết quả hành vi khác nhau.

Cũng như với biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển, biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm sẽ biến mất nếu không được củng cố. Nhưng Skinner (1969) mô tả nhiều cách phân bố sự củng cố khác nhau có thể tạo ra những khác biệt trong mức độ biến mất, liệt kê trong Bảng 18.2. Và củng cố tiêu cực mang hình thức lảng tránh tập quen, sao cho động vật tránh kết quả khó chịu, thực ra rất khó biến mất.

Bảng 18.2 Thời biểu củng cố có thể thay đổi

Thời biểu	***Mức độ phản ứng***	***Chịu đựng sự biến mất***
Liên tục *(trao phần thưởng sau mỗi phản ứng)*	Nhanh	Chậm
Khoảng cách cố định *(phần thưởng chỉ trao sau một khoảng thời gian ấn định)*	Rất chậm	Nhanh
Tỉ lệ cố định *(phần thưởng trao chỉ sau một số phản ứng ấn định)*	Rất nhanh	Chậm
Khoảng cách có thể thay đổi *(phần thưởng trao sau một khoảng cách thời gian có thể thay đổi)*	Đều và ổn định	Rất cao
Tỉ lệ có thể thay đổi *(phần thưởng trao sau một số phản ứng có thể thay đổi)*	Rất nhanh	Trung bình

Định dạng hành vi

Một khác biệt chính giữa biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm là loại hành vi mà mỗi hình thức tập quen chủ yếu có liên quan. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển, như chúng ta đã biết, thường liên quan đến phản ứng tự chủ như phản ứng xúc cảm hay phản xạ. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, trái lại chủ yếu liên quan đến **hành vi chủ động:** hành động có thể được kiểm soát cân nhắc (mặc dù, trong Chương 13, cũng có một số nghiên cứu về cách sử dụng biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm cho đến việc kiểm soát các quá trình tự chủ qua sự phản hồi sinh học). Nhấn mạnh vào hành vi chủ động có nghĩa rằng biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm có thể sử dụng để tạo ra những hình thức hành vi mới, qua một quá trình gọi là **sự ước lượng thành công** hay **định dạng hành vi.**

Có lẽ cách tốt nhất để xét định dạng hành vi có tác động ra sao là thông qua một minh họa đơn giản. Giả sử rằng, đối với một số động cơ khó hiểu của chính bạn, bạn muốn tập cho chuột thí nghiệm phải chào mỗi lần chuột đè đòn bẩy. Thứ nhất, bạn tập chuột cách đè đòn bẩy bằng cách thưởng (thường là viên thức ăn) khi chuột đè. Dần dần, chuột sẽ đè đòn bẩy ngày càng nhiều hơn. Sau đó bạn sẽ bắt đầu chỉ thưởng chỉ khi nào chuột dùng hai chi trước để đè đòn bẩy. Một khi sự tập quen mới được hình thành, bạn sẽ thưởng khi hai chi không đè đòn bẩy được nâng cao, nhưng không thưởng khi hai chi chỉ hơi nhấc lên khỏi mặt đất. Bằng cách này, chuột sẽ đứng thẳng giơ cao hai chi trước, và mỗi lần đè càng giơ cao hơn cho đến khi có vẻ giống như tư thế đang chào.

Sử dụng kỹ thuật này, động vật có thể rèn luyện những hình thức hành vi hoàn toàn phức tạp hơn. Breland và Breland (1966) chứng minh động vật trong gánh xiếc thường được tập luyện bằng kỹ thuật định dạng hành vi. Một trong những chứng minh của chính Skinner về sức mạnh của kỹ thuật này là biến đổi một cặp bồ câu biết chơi bóng bàn, sử dụng vợt bóng bàn thiết kế phù hợp để bồ câu kẹp vợt vào mỏ.

Mặc dù định dạng hành vi có một số ứng dụng kém quan trọng hơn, dùng để tập luyện số trẻ tự kỷ, khuyến khích trẻ phát âm, bằng cách cho trái cây hay phần thưởng khác, sau đó dần dần thay đổi **củng cố ngẫu nhiên** (những gì trẻ phải làm mới có được phần thưởng) cho đến khi trẻ hình thành từ. Cách sử dụng định dạng hành vi khác nằm trong **hệ thống kinh tế qui ước** đối với bệnh nhân tâm thần cơ sở hóa. Đây là một hệ thống trong đó hành vi thích hợp được thưởng trực tiếp bằng đồng tiền quy ước, sau này bệnh nhân đổi lấy đặc quyền. Như thế, họ được rèn luyện hành vi độc lập hơn, giúp họ tự chăm sóc mình trong nhà tập thể hay căn hộ.

Củng cố thứ cấp

Hệ thống kinh tế quy ước cũng sử dụng đặc điểm khác của biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm: khái niệm **củng cố thứ cấp.** Về cơ bản, đây là chứng cứ cho thấy một sự kiện củng cố không phải là sự kiện thỏa mãn nhu cầu cơ bản như thức ăn hay nước uống. Thay vào đó, những loại kích thích khác cũng có được thuộc tính củng cố thông qua một tác nhân củng cố sơ cấp. Vì thế nếu chuột trong phòng thí nghiệm luôn nghe tiếng lách cách mỗi lần nhận được phần thưởng thức ăn do đè đòn bẩy, đồng thời tiếng lách cách cũng đủ để củng cố hành động đè đòn bẩy, thức ăn không cần thiết nữa.

Trong hệ thống kinh tế quy ước, đồng tiền quy ước là cần thiết vì nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm truyền thống hoạt động trên nguyên tắc **tính trực tiếp của củng cố.** Đây là quan điểm cho rằng hành vi phải được củng cố ngay sau khi nó xảy ra nếu biến đổi điều kiện là phải hiệu quả. Bằng cách sử dụng củng cố sơ cấp (đôi lúc gọi là tác nhân củng cố có điều kiện), nhiều loại kích thích khác nhau có thể dùng để củng cố hành vi con người. Dĩ nhiên, tác nhân củng cố sơ cấp dễ thấy nhất là tiền, không thỏa mãn nhu cầu thứ cấp trực tiếp nhưng dù sao cũng có vẻ hiệu quả hợp lý trong việc củng cố một số loại hành vi con người.

Nguyên tắc của Premack

Premack (1959) tìm hiểu một dải các tác nhân củng cố sơ cấp khác nhau có tác động đến hành vi con người. Theo mô hình của Premack, đây chính là hoạt động chứ không phải là kích thích đang củng cố. Vì thế, chẳng hạn chính việc ăn thức ăn chứ không phải các viên thức ăn củng cố hành vi của chuột. Premack cho rằng mỗi người chúng ta đều có một loại hệ thống thứ bậc hoạt động được ưa thích, với những hoạt động mà chúng ta có khả năng thực hiện nhiều nhất (nếu có cơ hội) nằm ở trên cùng và những hoạt động khác, ít được ưa chuộng hơn nằm ở phía dưới hệ thống thứ bậc.

Hệ thống thứ bậc các tác nhân củng cố không phải lúc nào cũng như nhau. Timberlake và Allison (1974) nhận thấy rằng một hoạt động có được các thuộc tính củng cố mạnh hơn nhiều nếu cá nhân bị tước bỏ trong một thời gian. Premack (1962) nhận thấy cũng số chuột ấy xử lý hành động khác nhau như sự củng cố tùy vào tình trạng cơ thể của chúng. Nếu không hoạt động trong thời gian dài, chúng sẽ uống nước để có cơ hội chạy vào bánh xe để tập – bài tập trở thành củng cố chứ không phải việc uống. Nhưng cũng cùng số chuột ấy điều khiển bánh xe để được uống, nếu chúng khát nước. Vì chúng bị tước đoạt trong nhiều cách khác nhau, nên các hoạt động khác nhau trở thành củng cố.

Premack đi đến giả định cho rằng một hoạt động bất kỳ trong hệ thống thứ bậc có thể được củng cố bằng những hoạt động phía trên nó. Có thể làm cho hoạt động ít được ưa chuộng hơn có khả năng xảy ra nhiều hơn bằng cách sử dụng hoạt động được ưa chuộng nhiều hơn làm tác nhân củng cố. Vì thế, sử dụng minh họa ở người, bạn nên tự rèn luyện ở nhà học trong thời gian dài hơn bằng cách sử dụng một điều gì đó mà bạn thích làm nhiều hơn (chẳng hạn đi bơi) như phần thưởng cho mình.

Homme *và người khác* (1963) áp dụng nguyên tắc của Premack để khuyến khích trẻ 3 tuổi ngồi im, chăm chú nhìn vào bảng đen. Sự củng cố mà trẻ được cung cấp là cơ hội chạy quanh phòng, la hét, hành động chúng thích nhiều hơn. Bằng cách sử dụng những cơ hội này như sự củng cố cho hành vi ngồi im, họ kiểm soát, làm cho trẻ chú ý trong thời gian lâu hơn.

Nghiên cứu của Premack rất thú vị vì phần lớn sự củng cố liên quan hoàn toàn khác với khái niệm củng cố theo thuyết hành vi cứng nhắc Skinner nhất mực cho rằng sự củng cố phải trực tiếp trên cơ sở những gì đang diễn ra là sự kết hợp cơ bản giữa hành động và kết quả. Nhưng mô hình của Premack ngụ ý rằng phần thưởng bị hoãn lại cũng có tác dụng. Mô hình bao gồm quan điểm cho rằng **xử lý nhận thức** (giống như mong đợi một phần thưởng hay hứa hẹn với chính mình) có liên quan. Cũng như với biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển, phần lớn nghiên cứu gần đây trong khuôn khổ biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm đã thoát khỏi thuyết hành vi "thuần túy" và có thể kết hợp hiểu biết có được từ nghiên cứu của những người theo thuyết hành vi với nhận thức rộng hơn về các yếu tố nhận thức.

Tập quen mê tín

Một minh họa khác của điều này xuất phát từ nghiên cứu **tự định dạng.** Skinner nhận thấy rằng đôi lúc một động vật thí nghiệm thực hiện một hành động kỳ quặc trước khi đè đòn bẩy – chẳng hạn, chim bồ câu có thể rỉa cánh trong thời gian ngắn, hay chuột ngẩng đầu theo cách nào đó trước khi phản ứng, ngoài ra, động vật lặp lại hành động này mỗi lần đè đòn bẩy hay mổ vào chìa khóa. Điều này chắc chắn xảy ra nếu động vật được rèn luyện theo thời biểu củng cố có thể thay đổi nhiều, và Skinner mô tả điều này là **tập quen mê tín,** còn gọi là tự định dạng.

Giải thích truyền thống đối với cả tác nhân củng cố sơ cấp và tự định dạng là chúng hoạt động bằng phương tiện cơ chế biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển – chúng có được thuộc tính củng cố thông qua sự liên kết với tác nhân củng cố thứ cấp. Tập quen mê tín xảy ra vì một khả năng, động vật, theo cách trùng hợp, thực hiện hành động trước khi nhận được phần thưởng và hành động sau đó liên kết với phần thưởng, theo cách giống như một người đánh bạc thổi vào hai xúc xắc trước khi ném chúng, vì hành động này trước đây đã giúp họ thắng.

Năm 1968, Brown và Jenkins nhận xét rằng bồ câu sẽ mổ vào đèn báo hiệu thức ăn đang đến, cho dù hành động không ảnh hưởng liệu thức ăn có được phân phối thực sự hay không. Đây là một chứng cứ thú vị vì nó không thừa nhận Luật kết quả. Trong trường hợp này, hành động được tập quen đơn thuần vì nó liên kết với phần thưởng chứ không phải vì hành động tạo ra phần thưởng. Schwartz và Gamzu (1977) đi đến việc chứng minh rằng những loài chim như thế có vẻ mong đợi thức ăn. Bằng cảnh chụp ảnh bồ câu lúc đang mổ vào đèn báo hiệu, người ta thấy bồ câu há to miệng trong vị trí cung cấp thức ăn nếu đèn thường báo hiệu thức ăn đến nhưng trong vị trí uống nếu đèn thường báo hiệu nước đến.

Chứng cứ này cho thấy **sự mong đợi** đóng một phần đáng kể trong quá trình tập quen. Cũng như với nguyên tắc của Premack, quan niệm cho rằng một số xử lý nhận thức đang diễn ra như một phần thông lệ của biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm. Quan niệm xử lý nhận thức này cũng xuất hiện trong giải thích củng cố tiêu cực, chúng ta nghiên cứu sau này.

Hình phạt

Hình phạt và củng cố tiêu cực đôi khi có vẻ giống nhau nhưng sự phân biệt quyết định giữa chúng là liệu hành vi có được củng cố (có khả năng xảy ra nhiều hơn) hay bị ngăn chặn hay không. Trong khuôn khổ biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, hành vi được củng cố chỉ khi kết quả phù hợp với Luật kết quả. Tránh hình phạt bị đe dọa có thể là củng cố vì nó dẫn đến một kết quả thú vị (không hình phạt). Nhưng thực ra theo định nghĩa việc nhận hình phạt do làm một việc gì đó là không thú vị, vì thế không củng cố.

Skinner (1972) cho rằng hình phạt là kỹ thuật rất xấu trong kiểm soát hành vi vì tất cả những gì hình phạt tác động là ngăn cản hành động của con người hay động vật. Hình phạt không củng cố hành vi thích hợp: tất cả những gì hình phạt tác động là ngăn chặn hành vi sai lạc trong một thời gian. Vì thế phạt trẻ làm điều gì đó sai không ngăn chặn trẻ tái diễn và làm việc khác cũng sai như thế hay thậm chí tệ hơn. Nhưng thưởng cho trẻ khi làm việc đúng khuyến khích trẻ tiếp tục làm tiếp hay làm lại lần thứ hai.

Skinner cho rằng xã hội có thể là nơi tốt hơn nhiều nếu chúng ta học cách sử dụng củng cố hiệu quả, vì thế định hướng con người có hành vi xã hội chấp nhận thay vì chỉ phạt khi làm sai. Mặc dù lý thuyết của ông gây nhiều tranh cãi sâu sắc, mô tả một mô hình xã hội tương lai lý tưởng theo kiểu độc tài, theo nghĩa không cảm thấy rằng không có chỗ dành cho tự do hay chân giá trị của con người. Mọi người hoàn toàn là sản phẩm của sự liên tưởng củng cố, theo Skinner, vì thế xã hội sử dụng những củng cố này để tạo ra hành vi mong muốn. Sau đó không cần dùng đến hình phạt vì con người có thể sử dụng trong hành động theo cách được xã hội chấp nhận.

Củng cố tiêu cực

Củng cố tiêu cực xảy ra khi hành vi được củng cố vì một kích thích bất lợi – một kích thích khó chịu đối với cơ thể sống – phải trốn thoát hay lảng tránh. Do đó chuột thí nghiệm học cách nhảy vào hộp con thoi để tránh bị điện giật. Trong trường hợp này, hành vi nhảy được củng cố vì không còn bị điện giật – một kết quả dễ chịu. Nhưng điều này không đúng đối với hình phạt, vì trong hình phạt chủ ý là phải ngăn chặn hành vi không cho xảy ra chứ không phải làm cho hành vi có khả năng xảy ra nhiều hơn.

Tập quen trốn thoát theo loại này dễ hiểu, hợp lý và phù hợp với các khía cạnh khác trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm: nó sẽ biến mất nếu không được củng cố, nó có thể khái quát hóa đối với các tình huống khác, và v.v... Nhưng loại củng cố tiêu cực khác, **tập quen lảng tránh thì** hơi khác. Trong tập quen lảng tránh, động vật hay con người học cách thực hiện hành vi vì làm như thế giúp tránh được một điều gì đó khó chịu. Lần này, chuột thí nghiệm học cách nhảy vào hộp con thoi khi đèn bật sáng, nếu sau khi đèn sáng là đến điện giật. Chuột không làm gì cả để tránh khỏi điện giật, mà chuột chỉ tìm cách tránh bị điện giật nói chung.

Mặc dù có vẻ giống nhau, loại tập quen này có hai điểm khác biệt với kỹ thuật thực nghiệm khác. Một liên quan đến tính chất củng cố – nói cách khác, vấn đề điều gì trong thực tế củng cố hành vi tập quen lảng tránh. Một đề nghị do Rescorla và Solomon đề xuất năm 1967, là quá trình biến đổi hai giai đoạn diễn ra trong tập quen lảng tránh. Thứ nhất là liên tưởng có điều kiện cổ điển giữa kích thích và phản ứng. Tiếp đến là một phản ứng khác, tập quen thông qua biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm trong hình thức tập quen trốn thoát. Trong giai đoạn thứ nhất, động vật học cách liên kết đèn cảnh báo với phản ứng cảm xúc sợ, vốn là biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển. Vì thế hành vi tập quen lảng tránh là sự phối hợp hai loại biến đổi khác nhau.

Giải thích của Rescorla và Solomon phù hợp với **tiêu chuẩn của Lloyd Morgan** chúng ta sẽ xét đến trong

Chương 22. Giải thích phù hợp với tiêu chuẩn bằng cách cố giải thích những gì diễn ra sử dụng cơ chế trật tự thấp nhất có sẵn. Trong trường hợp này, trung thành với các khái niệm biến đổi kích thích – phản ứng cổ điển và thực nghiệm, và tránh những quá trình phức tạp hơn như nhận thức.

Nhưng để làm thế, giải thích không đan chéo, và không phù hợp với nguyên tắc chi li gọi là **dao cạo Occam**, phát biểu rằng giải thích tốt nhất là giải thích có thể đơn giản nhất. Chúng ta có được một giải thích tinh tế hơn nếu sẵn sàng suy luận cơ chế nhận thức mong đợi ở cấp hơi cao hơn. Nếu chúng ta sẵn sàng phát biểu rằng động vật tập quen vì nó *dự đoán* điện giật, lúc đó chúng ta có thể giải thích điều gì đang diễn ra theo cách ít tinh vi hơn nhiều. Đây là minh họa về cách cố gắng giải thích mọi vấn đề sử dụng giải thích biến đổi điều kiện theo thuyết hành vi cứng nhắc có thể đưa chúng ta đến những giải thích hoàn toàn chồng chéo, vụng về.

Khái niệm mong đợi cũng giúp giải thích tại sao tập quen lảng tránh lại khó biến mất như thế. Chúng ta tiếp tục hành động để tránh một tình huống bất lợi rất lâu sau khi tình huống ấy không còn xảy ra nữa, một phần vì việc tránh tình huống bất lợi không cho chúng ta biết liệu kích thích bất lợi lẽ ra có xảy ra nữa hay không. Theo biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm, cả hai hình thức tập quen cuối cùng sẽ biến mất. Sợ hãi do kích thích đầu tiên mang lại sẽ biến mất sau khi có đủ các cơ hội trong đó không có nguyên nhân gây sợ hãi. Nhưng có ít lý do cho rằng sự mong đợi bị biến mất vì không đến từ kích thích bên ngoài mà đến từ sự mô tả bên trong hay bản đồ nhận thức ở một động vật hay con người đối với tình huống.

Tình trạng bất lực tập quen

Biểu thị khác của các yếu tố nhận thức có thể trong biến đổi điều kiện phát xuất từ nghiên cứu của Seligman về **tình trạng bất lực tập quen** (Seligman, 1975). Seligman cho rằng tập quen xảy ra chỉ khi động vật hay con người liên quan có khả năng sử dụng một số mức độ kiểm soát đối với tình huống. Nếu không thể kiểm soát, theo Seligman, động vật sẽ trở nên tiêu cực, và vẫn như thế, thậm chí tình huống thay đổi sao cho hành động hiệu quả có thể thực hiện.

Maier và Seligman (1976) tiến hành nhiều thí nghiệm chứng minh tình trạng bất lực tập quen xảy ra ra sao. Trong một nghiên cứu, họ buộc chó thành cặp và sắp đặt tình huống sao cho một con trong mỗi cặp có thể ấn vào bảng điều khiển để ngắt dòng điện giật. Con chó kia cũng bị điện giật tương tự nhưng không thể làm gì khác. Sau đó, cả hai được đưa vào một tình huống thí nghiệm mới. Lần này, chúng được báo bằng tín hiệu cho biết điện giật có thể xảy ra, và tránh khỏi bị điện giật bằng cách nhảy qua hàng rào. Những con "hoạt động" trong điều kiện trước học cách nhảy qua hàng rào để tránh điện giật rất nhanh nhưng những con lúc trước "không hoạt động" không hề nhảy qua hàng rào. Chúng ngày càng bị động hơn trong khi dòng điện vẫn đang tiếp tục. Có vẻ kinh nghiệm trước đây đã dạy cho chúng bất lực. Seligman (1975) so sánh điều này với tính bị động và không hoạt động thường thấy ở những người rất trầm cảm. Ông cho rằng một đặc điểm của những người như thế là suy nghĩ rằng mình không thể kiểm soát bất cứ điều gì xảy ra đối với mình và quả quyết điều này có thể mô tả hình thức tình trạng bất lực tập quen.

Nghiên cứu của Seligman liên kết với nghiên cứu khác chẳng hạn như nghiên cứu về **quỹ tích kiểm soát** mà chúng ta đã xét đến trong Chương 13, cho rằng con người chỉ thoát khỏi trầm cảm bằng cách hiểu rằng họ thực sự có ảnh hưởng đối với môi trường hay đời sống của mình. Dĩ nhiên, ngụ ý khác trong nghiên cứu của

Seligman là quan điểm cho rằng kiểm soát là yếu tố quan trọng trong tập quen. Chứng cứ của Seligman khó giải thích trong khuôn khổ thuyết hành vi cứng nhắc, nhưng có ý nghĩa nếu chúng ta sẵn sàng suy luận khái niệm nhận thức dự đoán và mong đợi.

Trong cả nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm, chúng ta nhận thấy tiêu điểm đã chuyển khỏi cách giải thích tập quen theo hành vi đơn thuần – sự nhấn mạnh vào liên kết kích thích- phản ứng "thuần túy" và hướng đến quan điểm cho rằng cơ chế biến đổi điều kiện hoạt động cùng với các yếu tố nhận thức trong việc kiểm soát cả hành vi con người lẫn động vật. Cũng có những hình thức tập quen khác có vẻ dựa trên cơ chế nhận thức.

HÌNH THỨC TẬP QUEN NHẬN THỨC

Mặc dù khá gần đây, các nhà tâm lý học nghiên cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm đi đến việc chấp nhận vai trò có thể đối với các yếu tố nhận thức, quan điểm cho rằng tập quen ở động vật cũng bao gồm một số khả năng nhận thức không phải là quan điểm mới. Cũng có nghiên cứu một số loại nhận thức trong tập quen ở động vật ngay từ đầu thế kỷ 20.

Tập quen hiểu biết

Đầu năm 1925, nhà tâm lý học Cấu trúc Wolfgang Kưhler cho rằng động vật không tập quen mọi thứ đơn thuần bằng thử nghiệm và sai sót, hay liên tưởng kích thích – phản ứng. Thay vào đó, ông cho rằng động vật có thể biểu hiện **tập quen hiểu biết** – động vật học hỏi bằng cách thu thập sự tìm hiểu nhận thức các yếu tố quan trọng trong vấn đề và mối quan hệ giữa chúng. Một minh họa được Kưhler dẫn chứng là minh họa một con chó, quan sát nó khi ông ném một số thức ăn ra ngoài cửa sổ và lên tiếng gọi. Có lần con chó nhảy lên cửa kính, sau đó vẫy đuôi, chạy vòng vòng, chạy ra ngoài, quanh nhà để tìm thức ăn. Kưhler cho rằng đây không phải là tập quen thử nghiệm, sai sót mà đúng ra chứng tỏ rằng động vật có khả năng hiểu biết tính chất vấn đề.

Köhler cũng tiến hành nhiều nghiên cứu giải quyết vấn đề ở hắc tinh tinh, trong đó hắc tinh tinh giải quyết vấn đề theo cách không phải là tập quen thử nghiệm, sai sót. Một vấn đề điển hình thuộc loại này là treo một mẩu trái cây trên trần nhà, quanh chuồng có các thùng chứa lại. Loài khỉ chồng các thùng lên nhau để với được trái cây. Minh họa khác là mẩu trái cây đặt ngoài tầm với bên ngoài chấn song của chuồng. Bên trong chuồng là một que củi ngắn, không dài đến mức với đến thức ăn nhưng cũng thích hợp khi dùng để khều một que củi khác dài hơn.

Trong mỗi thí nghiệm này, Kưhler ghi nhận có một giai đoạn hoạt động quyết liệt nhưng không hiệu quả (theo nghĩa đen!). Động vật cố gắng với lấy thức ăn bằng cách nhảy lên nhảy xuống hay cố thò tay ra chấn song, tiếp đến là một giai đoạn tương đối yên tĩnh, động vật nghỉ một lúc như thể đã bỏ cuộc. Đột nhiên động vật nhảy dựng lên bắt đầu chồng các thùng lại với nhau hay nắm lấy que để khều thức ăn bên ngoài. Theo Köhler đây là tập quen hiểu biết. Giai đoạn yên tĩnh là lúc động vật đang suy nghĩ hay tái cấu trúc nhận thức về vấn đề, các nhà tâm lý học lúc bấy giờ thích gọi như thế. Nó sẽ tạo ra một hiểu biết đột ngột tính chất của vấn đề, dẫn đến kết quả động vật đột nhiên trở nên tích cực và thực hiện giải pháp.

Thật không may, nghiên cứu của Köhler không được kiểm soát tốt, phải nhường chỗ cho nhiều giải thích khác. Chẳng hạn khi ông ghi chép kinh nghiệm trước đây mà loài khỉ đã có trước khi nghiên cứu. Thường cũng có nhiều hắc tinh tinh khác trong chuồng trong cùng thời điểm và có thể chúng học hỏi qua việc bắt chước hắc tinh tinh khác. Nhưng mặc dù chứng cứ của ông không được xem là mang tính dứt khoát, nhưng cũng có nhiều chứng cứ giai thoại cho rằng một số xử lý nhận thức liên quan đến cách giải quyết vấn đề ở động vật.

Vai trò của kinh nghiệm trước đây

Mặc dù được dẫn chứng như sự chỉ trích nghiên cứu của Köhler, kinh nghiệm trước đây với các yếu tố của vấn đề thực ra không loại trừ khả năng có thể tập quen hiểu biết, có thể hiểu biết bao gồm sự phối hợp các yếu tố quen thuộc vào trong một sự tổng hợp mới. Epstein *và người khác* (1984) báo cáo một nghiên cứu trong đó bồ câu được cung cấp hai loại tập luyện trước, học cách đẩy một hộp nhỏ hướng về một điểm trên vách, học cách đứng trên hộp mổ vào quả chuối nhựa đang treo. Sau đó bồ câu đặt trong tình huống treo chuối từ trần nhà nhưng hộp đặt cách xa vị trí treo chuối.

Epstein báo cáo ban đầu bồ câu có vẻ "lúng túng", nhưng sau đó đột nhiên chúng bắt đầu đẩy hộp cho đến khi hộp nằm bên dưới quả chuối. Vào lúc ấy bồ câu mới leo lên hộp và mổ chuối. Pearce (1987) nhận xét rằng mất 49 giây bồ câu mới giải quyết vấn đề này, so với con khỉ Sultan của Kuhler phải mất đến 5 phút mới giải được vấn đề tương tự!

Tập hợp tập quen

Năm 1949, Harlow nghiên cứu khả năng có thể tập quen hiểu biết bắt nguồn từ kinh nghiệm trước đây với tập quen thử nghiệm, sai sót trực tiếp. Ông cho rằng có vẻ hiểu biết nếu tập quen thử nghiệm, sai sót dẫn đến kết quả hình thành **tập hợp tập quen**. Harlow tiến hành nhiều thí nghiệm sử dụng loài khỉ nâu, trong đó khỉ được tập giải quyết các loại vấn đề cụ thể bằng cách liên tục đưa cho chúng nhiều vấn đề tương tự. Chẳng hạn, khỉ đối mặt với hai hình dạng đặt trên một khay, phải chọn hình dạng nào có góc cạnh – đôi khi là hình tam giác, đôi khi là hình vuông, đôi lúc là hình lục giác, v.v... Khi chọn đúng, khỉ nhận được phần thưởng – thường là nho khô hay đậu phụng.

Harlow chứng minh rằng càng đưa cho khỉ nhiều vấn đề thì khỉ càng giải quyết nhanh hơn. Rõ ràng khỉ không đơn thuần phát triển liên tưởng kích thích – phản ứng với giải pháp vì giải pháp mỗi lần đều thay đổi. Thay vào đó, khỉ phát triển một tập hợp tập quen – một trạng thái sẵn sàng giải quyết vấn đề như thế. Chẳng hạn, khỉ được cho xem những hình dáng có ba màu đặt trên một khay có màu. Với sự rèn luyện thích hợp, khỉ có khả năng chọn ra, chẳng hạn đồ vật có hình dáng kỳ quặc nếu khay màu cam nhưng đồ vật có màu sắc khác nếu khay màu xanh trời.

Harlow cho rằng chứng cứ này phủ nhận khái niệm tập quen hiểu biết của Kuhler. Trong mọi dự định và mục đích, có vẻ như thể động vật có hiểu biết về tính chất vấn đề nhưng cũng biết rằng những khả năng này hoàn toàn do biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm. Tuy nhiên, mặc dù điều này chắc chắn là đúng nhưng không phải hình thức kích thích – phản ứng thuần túy trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm mà động vật đang thể hiện, vì một tập hợp tập quen phải bao gồm một số mức độ **mô tả** nhận thức. Ở hình thức đơn giản nhất, ngụ ý rằng động vật phải học cách nhớ những gì xảy ra trong các cuộc thử trước đây và áp dụng cho cuộc thử lần này. Ở mức độ hơi cao hơn, có thể cho rằng khỉ trích lấy nguyên tắc "tính kỳ quặc" từ công việc. Cả hai cách, ngụ ý trong loại tập quen này, có một yếu tố nhận thức.

Tập quen ẩn

Tolman, năm 1932, cũng phủ nhận quan điểm theo thuyết hành vi cho rằng tất cả tập quen luôn biểu thị trong hành vi và không bao gồm yếu tố nhận thức. Ông lập ra một thí nghiệm trong đó dựng lên một ma trận phức tạp để tập luyện 3 nhóm chuột khác nhau. Nhóm thứ nhất được thưởng trực tiếp từ đầu, bằng cách nhận được phần thưởng thức ăn khi đến được hộp mục tiêu. Chín ngày thí nghiệm đầu tiên, các nhóm khác không có nhóm nào nhận được phần thưởng. Thay vào đó, chúng được tự do thơ thẩn trong ma trận, nhưng lượng thời gian để chuột đến được hộp mục tiêu được ghi lại. Từ ngày thứ 10, nhóm chuột thứ hai được thưởng khi đến được hộp mục tiêu. Nhưng nhóm thứ ba vẫn còn là nhóm kiểm soát không nhận phần thưởng nào.

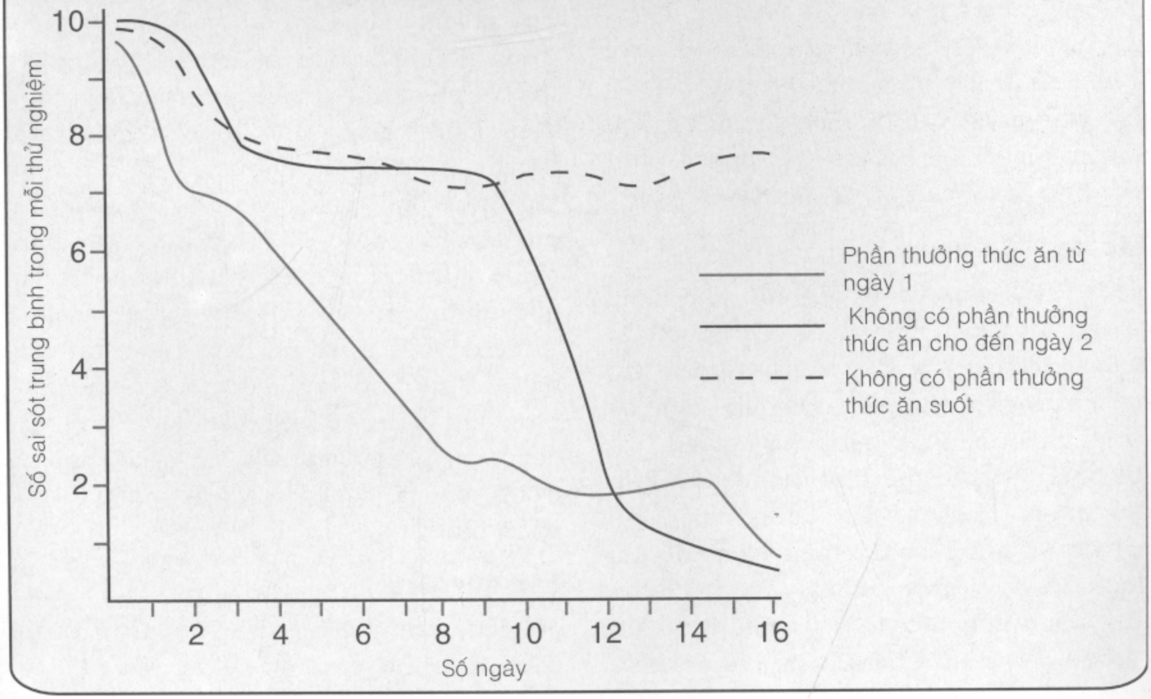
Nhóm chuột thứ nhất, như mong đợi, thể hiện sự giảm dần lượng thời gian cần thiết để đến được hộp mục tiêu, tạo thành một đường cong tập quen tiêu chuẩn. Cho đến khi chúng được củng cố để đến hộp mục tiêu, nhóm thứ hai không thể hiện sự tiến bộ như thế nhưng khi chúng bắt đầu nhận được củng cố thì đã biết cách chạy quanh ma trận. Thời gian của nhóm thứ 3 vẫn còn ở mức cao trong suốt nghiên cứu (Hình 18.4). Tolman cho rằng đối với nhóm thứ hai để tập quen được nhanh thì lẽ ra phải tập quen trong giai đoạn chúng chưa được củng cố. Vì sự tập quen này không biểu hiện trong hành vi nên không gọi là **tập quen ẩn.**

Bản đồ nhận thức

Tolman (1948) đi đến giả định cho rằng động vật có khả năng hoàn tất ma trận nhanh hơn vì chúng phát triển một mô tả suy nghĩ – một **bản đồ nhận thức** – về ma trận trong giai đoạn tìm hiểu. Có nghiên cứu về việc lập bản đồ ma trận ở con người chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 5. Nhưng điều này có vẻ là hình thức tập quen cũng được các loại động vật khác sử dụng, cho thấy đây có thể là một bộ phận rất cơ bản trong cách chúng ta đánh giá thế giới.

Gould (1986) mô tả một nghiên cứu trong đó loài ong mật hay tìm tòi, làm tổ

Hình 18.4 Tập quen ẩn



gần hồ, được cung cấp thức ăn từ chiếc xuồng đậu trong hồ ấy. Khi ong trở về tổ, chúng thực hiện một "vũ điệu" để biểu thị cho các thành viên khác trong tổ biết đã tìm thấy thức ăn ở đâu (chúng ta sẽ nghiên cứu vũ điệu của loài ong trong Chương 24). Khi chiếc xuồng được neo gần bờ hồ (đối diện với tổ ong), số ong khác bay ra để phản ứng trước thông tin nguồn thức ăn. Nhưng khi xuồng neo ở giữa hồ, số ong khác phớt lờ những thông tin này. Điều này ngụ ý rằng loài ong phải có một số loại bản đồ nhận thức về khu vực, gồm hiểu biết thức ăn không được tìm thấy ở giữa một khoảng nước rộng lớn.

Olton (1979) tiến hành nghiên cứu trong đó chuột thí nghiệm tập quen ma trận phức tạp trong đó lối đi tỏa nhánh từ tâm. Chuột phải đi mỗi nhánh của ma trận nhưng không có nhánh nào đi được hai lần. Một khi đã tập quen công việc, hiếm khi chuột phạm sai lầm cho dù chuột đến các nhánh theo thứ tự ngẫu nhiên. Olton cho rằng điều này ngụ ý chuột đã hình thành bản đồ nhận thức về ma trận, giúp chuột nhớ lại và nhận dạng các lối đi mà chúng chưa đi.

Sự mô phỏng

Đầu chương này, chúng ta nghiên cứu sự mô phỏng và đồng nhất là hai trong số những cơ chế cơ bản trong sự phát triển ở người. Sự mô phỏng như chúng ta sẽ xét trong Chương 20, là vấn đề mà trẻ có vẻ thực hiện ngay từ rất sớm. Khi trẻ lớn hơn, sự mô phỏng tượng trưng cho một đường tắt đáng giá trong việc tập quen, bỏ bớt nhu cầu tập quen mọi thứ qua các quá trình biến đổi điều kiện thử nghiệm và sai sót đầy khó nhọc, giúp trẻ tập quen gián tiếp từ kinh nghiệm và hành động của người khác.

Dĩ nhiên, trẻ sẵn sàng tập quen qua sự mô phỏng là một hạnh phúc phối hợp như một bà mẹ bất kỳ thường nói. Trẻ chọn lọc hành vi không mong muốn cũng nhanh như chọn lọc hoạt động mong muốn. Năm 1963, Bandura, Ross và Ross chứng minh trẻ có thể tập cách mô phỏng hành vi gây hấn chỉ bằng việc quan sát người khác hành động gây hấn.

Nghiên cứu của họ gồm 96 trẻ độ tuổi từ 3 – 6 chia thành 4 nhóm, mỗi nhóm 24 em. Sau đó mỗi nhóm cho xem một cảnh khác nhau. Nhóm thứ nhất quan sát một người lớn có hành vi gây hấn đối với một búp bê 'bobo' to bằng cao su, ngắt nhéo, la mắng, dùng búa đánh vào búp bê. Nhóm thứ hai quan sát hành vi cũng của người lớn ấy theo cách tương tự nhưng lần này thay vì chứng kiến ngoài đời thực, các em nhìn thấy qua phim. Nhóm thứ ba chứng kiến cùng chuỗi hành động tương tự đối với búp bê, nhưng trong phim hoạt hình, bối cảnh ở vùng đất thần tiên. Nhóm thứ tư là nhóm kiểm soát, nói chung không nhìn thấy một hành vi bạo lực bất kỳ.

Tiếp đến, trẻ được đặt vào phòng trò chơi, các nhà nghiên cứu quan sát trẻ qua một chiếc gương hai chiều. Phòng có nhiều đồ chơi gồm những đồ chơi mà trẻ vừa thấy và nhất là có cả búp bê "bo bo". Trẻ được phép chơi thỏa thích với đồ chơi một lúc trước khi các nhà nghiên cứu làm trẻ thất vọng bằng cách mang đồ chơi mà trẻ đang chơi đi nơi khác.

Hành vi của mỗi trẻ được những người quan sát ẩn đánh giá, họ đếm số hành động gây hấn ở trẻ. Kết quả trong Bảng 18.3, cho thấy trẻ đã nhìn thấy người mẫu gây hấn có nhiều hành động gây hấn hơn những trẻ không nhìn thấy. Phần lớn hành động của trẻ được bắt chước theo người mẫu hơn là hành động gây hấn được bắt chước ở những trẻ đã xem phim hay phim hoạt hình. Nói chung trẻ không bắt chước theo người mẫu. Trẻ có nhiều khả năng bắt chước người mẫu hơn khi nhận thấy họ giống với mình – nhất là người mẫu ấy là đứa trẻ khác – hơn là bắt chước những người mà trẻ cho rằng khác biệt hẳn.

Bảng 18.3 Mô phỏng mô hình gây hấn

Điều kiện	Số hành động gây hấn trung bình
Trẻ quan sát người mẫu trong đời thực	83
Trẻ quan sát người mẫu trong phim	92
Trẻ quan sát người mẫu trong phim hoạt hình	99
Trẻ không có người mẫu để quan sát	54

Nguồn: Bandura, Ross và Ross, 1963

Tập quen gián tiếp

Trong nghiên cứu khác hình thành một phần trong cùng chương trình nghiên cứu, Bandura và Walters (1963) nghiên cứu liệu khuynh hướng bắt chước ở trẻ có bị ảnh hưởng bởi việc quan sát kết quả hành vi gây hấn hay không. Họ chia trẻ thành 3 nhóm. Một nhóm nhìn thấy người mẫu được thưởng do thể hiện hành vi gây hấn, hoặc được một người lớn tán thành hoặc họ được cho kẹo. Nhóm thứ hai nhìn thấy người mẫu bị trừng phạt khi thể hiện hành vi gây hấn, và nhóm thứ ba quan sát người mẫu nhưng không thể hiện kết quả bất kỳ đối với hành vi gây hấn của người mẫu.

Những người quan sát nhận thấy rằng những gì trẻ nhìn thấy đều được phản ánh trong trò chơi của trẻ. Những trẻ nào nhìn thấy người mẫu được thưởng vì có hành động gây hấn biểu hiện mức độ gây hấn cao trong trò chơi của chính mình. Những trẻ nào nhìn thấy người mẫu bị phạt thể hiện mức độ gây hấn thấp trong trò chơi của riêng mình, trong khi nhóm kiểm soát không thưởng, không phạt nằm ở giữa. Bandura gọi điều này **tập quen gián tiếp** – trẻ học hỏi về kết quả có thể của hành động và điều chỉnh sự mô phỏng của mình cho phù hợp.

Nhưng khi các nhà nghiên cứu bắt đầu thưởng cho số trẻ bắt chước theo người mẫu thì tất cả số trẻ khác mô phỏng hành vi gây hấn của người mẫu, thể hiện rằng chúng đã học được những hành động gây hấn ấy cho dù trẻ không chứng minh rằng mình đã học được trực tiếp. Không có sự khác biệt ở những trẻ khác nhau mô phỏng gây hấn của người mẫu. Những nghiên cứu như thế này chú ý đến việc trẻ học hỏi điều gì qua truyền hình. Cho dù trẻ nhìn thấy hành vi gây hấn được thưởng hay bị phạt thì trẻ vẫn còn học hỏi khi quan sát hành vi ấy, khi trẻ trong vị trí có được lợi thế từ việc học hỏi ấy, trẻ sẽ tạo ra hành vi.

Đố kỵ địa vị

Bandura, Ross và Ross (1963) cũng nghiên cứu vấn đề **đố kỵ địa vị** – liệu trẻ có khả năng mô phỏng những người có địa vị cao hay có vẻ có chức vụ quyền thế hơn hay không. Trẻ xem phim chiếu cảnh hai người lớn đang chơi với nhau. Một người có nhiều đồ chơi tinh vi, đắt tiền, người khác có vẻ muốn chơi, vì thế "người sở hữu" số đồ chơi chia một số đồ chơi cho người kia. Sau đó hai người lớn cùng chơi chung nhưng họ hành xử hoàn toàn khác nhau.

Khi trẻ được phép vào phòng chơi cùng những món đồ chơi tương tự, người ta cẩn thận quan sát trẻ để xem trẻ bắt chước người lớn nào nhiều nhất. Mặc dù cả hai người lớn đã chơi cùng với tất cả những đồ chơi nhưng trẻ bắt chước người lớn có quyền lực nhiều nhất. Ngụ ý là trẻ bị người mẫu có quyền lực, địa vị cao, thu hút, chắc chắn bắt chước họ nhiều hơn những người có quyền kiểm soát đối với tài nguyên kém hơn.

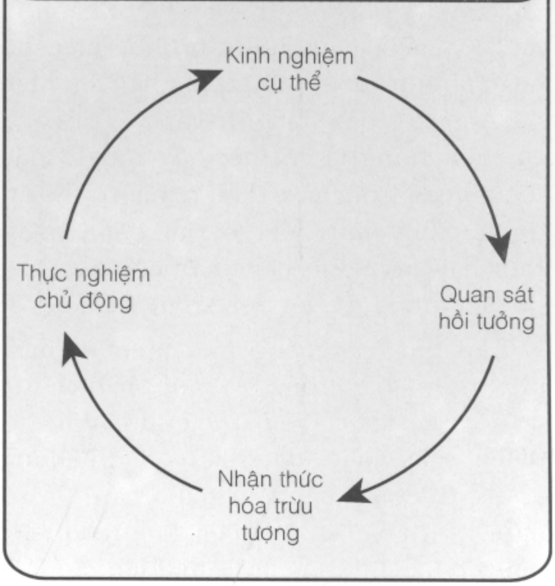
Sự đồng nhất

Quá trình đồng nhất giai đoạn hai là khía cạnh khác trong tập quen quan sát. Trong quá trình này, trẻ chấp nhận toàn bộ một phong cách hay mẫu hành vi, tạo ra những hành động mới lạ có vẻ giống với người mẫu mà trẻ đang đồng nhất mình với người ấy. Điều này có vẻ là một trong những vai trò quan trọng nhất đối với những vị anh hùng thời thơ ấu – siêu anh hùng, ngôi sao nhạc pop, các anh hùng thể thao, tất cả cho phép trẻ phát triển hiểu biết của riêng mình nhưng phù hợp với người mẫu khái quát hóa. Đồng nhất diễn ra trong một thời gian dài hơn mô phỏng, người ta cho rằng đây là quá trình chủ yếu trong việc tập quen các vai trò xã hội. Do đó, các lý thuyết gia tập quen xã hội nhấn mạnh nhu cầu phải có các mô hình – vai trò thích hợp. Trẻ cũng như người lớn cần phải có mô hình – vai trò tích cực để họ có thể đồng nhất, như là cách cấu trúc tham vọng và phát triển. Đối với nhiều trẻ da đen ở Anh chẳng hạn, xã hội ai cũng biết những người thành tựu cao như Trevor McDonald, hay Linford Christie, đều cung cấp cho trẻ những mô hình – vai trò quan trọng đối với tham vọng của chính trẻ.

Sự mô phỏng là hình thức tập quen lý thú được nhiều động vật sử dụng – ngay cả những động vật chúng ta nghĩ không có khả năng mô tả suy nghĩ. Allott (1997) đề cập tìm hiểu những gì đang diễn ra trong sự mô phỏng nêu ra nhiều thử thách đối với những người nhắm đến việc tìm hiểu các quá trình nhận thức và đặc biệt đối với những người đang cố gắng phát triển những hệ thống trí tuệ nhân tạo có thể tái tạo được chúng. Đối với con người, hình thức tập quen mỗi ngày như thế được xem là mặc nhiên nhưng từ bỏ yếu tố và tìm hiểu điều gì đang thực sự xảy ra khi một đứa trẻ mô phỏng chị cả của mình hay một chim mai hoa học được tập tính tấn công từ các chim mai hoa khác là một thử thách đặc biệt đối với các nhà nghiên cứu.

Chúng ta đã chứng kiến nghiên cứu tập quen cơ bản cho thấy tất cả, hay ít nhất hầu hết động vật kể cả con người đều sử dụng một số loại tập quen nhận thức cũng như liên kết hành vi. Những hình thức tập quen cơ bản này là những cơ chế cực kỳ quan trọng đối với con người – quan trọng hơn chúng ta thường nghĩ. Một người bất kỳ cố cai thuốc lá đều nhận biết sức mạnh của sự tập quen liên tưởng, trong khi bản đồ nhận thức hình thành một bộ phận trong kinh nghiệm hàng ngày của chúng ta. Nhưng con người có những cơ chế tập quen tinh vi hơn. Kolb (1985) cho rằng tập quen ở con người là một quá trình tuần hoàn thể hiện trong Hình 18.5, bắt đầu bằng **kinh nghiệm cụ thể** – nghĩa là với kinh nghiệm của chúng ta trong đời thực. Mặc dù tự thân chỉ thu thập kinh nghiệm không vẫn chưa đủ để tập quen. Tập quen chỉ bắt đầu xảy ra khi chúng ta hồi tưởng kinh nghiệm của mình, vốn là giai đoạn hai của chu kỳ tập quen: **nhận xét hồi tưởng.** Hồi tưởng kinh nghiệm của mình – suy nghĩ về nó, và cố tìm hiểu điều gì đang diễn ra – đưa chúng ta đến giai đoạn 3, mà Kolb gọi là **nhận thức hóa trừu tượng.** Chính trong giai đoạn này chúng ta phác họa những nguyên tắc và ý nghĩa chung từ kinh nghiệm của mình và liên hệ những nguyên tắc và ý nghĩa này với các nguyên tắc và ý nghĩa

Hình 18.5 Chu kỳ tập quen của Kolb



khác mà chúng ta đã học được. Giai đoạn **nhận thức hóa trừu tượng** đến lượt khuyến khích chúng ta tham gia Thực nghiệm chủ động – trắc nghiệm những cách thu thập kinh nghiệm mới trên cơ sở những gì chúng ta học được. Và thực nghiệm đến lượt cung cấp cho chúng ta một mẻ kinh nghiệm cụ thể mới để hồi tưởng, có nghĩa là chu kỳ bắt đầu lặp lại. **Chu kỳ tập quen của Kolb** ám chỉ cả hai loại nhận thức và cụ thể trong tập quen ở con người.

Trong phần còn lại của chương này, chúng ta nghiên cứu sự phát triển của cả kỹ năng thể xác lẫn tâm thần vì chúng hình thành một khía cạnh quan trọng trong sự phát triển ở người.

TẬP QUEN KỸ NĂNG

Annett (1989) định nghĩa kỹ năng như một hạng mục hành vi có 3 đặc điểm. Thứ nhất, được định hướng đạt đến một mục tiêu cụ thể: kỹ năng về hành vi **chủ ý** hay cố ý. Thứ hai, hành vi được sắp xếp theo cách có thể đạt được ở mức đáng tin cậy với thời gian và nỗ lực kinh tế – là một điều gì đó mà cá nhân thực hiện **hiệu quả** và nhanh chóng ở mức hợp lý. Thứ ba, hành vi đạt được bằng **tập luyện** và thực tập. Chúng ta không thể nhớ một hành vi một kỹ năng nếu chúng ta thực hiện nó hoàn toàn tự động như một phản xạ. Mặc dù Annett ở đây đang đề cập về kỹ năng cụ thể, chúng ta có thể thấy rằng 3 đặc điểm quan trọng của định nghĩa có thể áp dụng cũng như đối với kỹ năng nhận thức hay suy nghĩ chẳng hạn như kỹ năng đọc chúng ta đã xét đến trong Chương 4.

Tập quen kỹ năng mới là một phần phát triển quan trọng, và một phần chúng ta tiếp tục thực hiện trong suốt đời. Có nhiều nghiên cứu đáng kể về cách chúng ta đạt được kỹ năng cụ thể. Phần lớn số nghiên cứu này đều tiến hành ở người lớn, nguyên tắc đạt được kỹ năng được xem là giống nhau trong suốt quãng đời – chúng ta chỉ đạt được kỹ năng khác nhau trong những thời điểm khác nhau. Học cách kiểm soát cách nhảy phối hợp hay để thành thạo một trò chơi vi tính phức tạp, bao gồm một mẫu đạt được kỹ năng tương tự như học lái ô tô nhưng sự tập quen diễn ra ở các độ tuổi khác nhau. Vì thế trong phần này, chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát một số nghiên cứu đạt được kỹ năng, và một số lý thuyết đã được phát triển trước khi nghiên cứu cụ thể sự phát triển kỹ năng ở trẻ sơ sinh và trẻ.

ĐẠT ĐƯỢC KỸ NĂNG

Các nhà tâm lý học nghiên cứu nhiều đặc điểm khác nhau trong đạt được kỹ năng bao gồm tác dụng của nhiều loại thực hành khác nhau, tác dụng của hiểu biết về kết quả hành động của mình và nghiên cứu hành động mang tính tự chủ ra sao, sao cho chúng ta thực hiện chúng hiệu quả và trôi chảy.

Thực hành tập trung và cách khoảng

Đối với một số nhà tâm lý học ban đầu – nhất là những người theo thuyết hành vi – tập quen kỹ năng về cơ bản là sự liên kết nhiều hành động khác nhau thông qua thực hành. Điều này dẫn đến nhiều nghiên cứu loại thực hành nào có vẻ tốt nhất khi con người tập quen một kỹ năng mới.

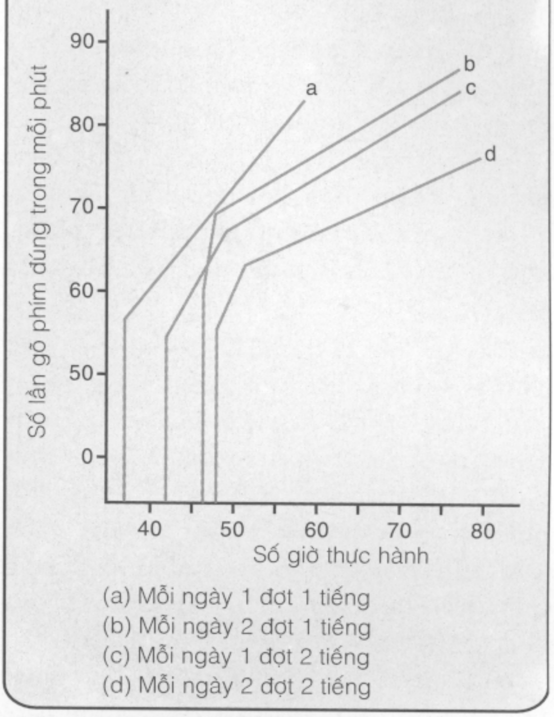
Tranh luận chính trong lĩnh vực này tập trung vào vấn đề thực hành tập trung và cách khoảng. Kimble (1949) chứng minh rằng con người tập quen một công việc khó khăn hiệu quả hơn nếu họ thực hành trong khoảng thời gian tương đối ngắn. Những người tham gia nghiên cứu của Kimble thực hành cách viết các chữ cái ngược càng nhanh càng tốt. Họ có 21 đợt thực hành mỗi đợt kéo dài 30 giây để tập quen kỹ năng này, nhưng họ được phân thành 5 nhóm, có thời gian nghỉ giữa các đợt là 5, 10, 15 hay 30 giây hay nói chung không có nghỉ. Kimble nhận thấy những người tham gia nghiên cứu nào có thời gian nghỉ giữa các đợt lâu nhất sẽ tập quen nhanh hơn những người có thời gian nghỉ ngắn nhất.

Mặc dù vấn đề trong nghiên cứu này là con người tập quen tốt đến mức nào hoàn toàn được đánh giá bằng cách họ thực hiện công việc cũng như tập quen công việc tốt ra sao. Nhưng có sự khác biệt giữa quá trình tập quen với kết quả cuối cùng. Có lẽ những người trải qua thực hành tập trung đều có kết quả tốt cho dù họ không có vẻ như thế trong khi các đợt tập quen đang tiếp diễn.

Năm 1954, Adams và Reynolds tiến hành nghiên cứu trong đó người tham gia được yêu cầu giữ phần đầu một chiếc gậy uốn cong hướng vào một điểm gần mép chiếc bàn xoay – một bộ phận công cụ gọi là **pursuit rota.** Năm nhóm người tham gia nghiên cứu của họ đều kết thúc bằng thực hành cách khoảng, nhưng chỉ có một nhóm thực hành cách khoảng xuyên suốt. Các nhóm khác lúc đầu có những đợt tập trung 5, 10, 15 hay 20, kế đến nghỉ 5 phút trước khi tiến hành các đợt thực hành cách khoảng. Adams và Reynolds nhận thấy các nhóm thực hiện rất khác nhau trong khi họ ở các giai đoạn đầu của công việc, nhưng trong đợt thực hành cách khoảng thứ ba, hoạt động của họ tương đương – tất cả đều tập quen công việc tốt như nhau. Vì thế mặc dù hoạt động trực tiếp tệ hơn trong thực hành tập trung, nhưng về lâu dài tác dụng của thực hành tập trung trội hơn.

Baddeley và Longman (1978) nghiên cứu nhân viên bưu điện tập cách đánh mã số bưu chính bằng bàn phím – một công việc cần thiết để Bưu điện giới thiệu loại máy phân loại thư tự động. Họ sắp xếp thời biểu sao cho 4 nhóm nhân viên, mỗi nhóm đều có các đợt đào tạo khác nhau. Cuối cùng mỗi người cũng có lượng thời gian đào tạo như nhau, nhưng một nhóm một ngày chỉ học một đợt, mỗi lần một tiếng, nhóm thứ hai mỗi ngày có hai đợt, mỗi đợt 1 tiếng, nhóm thứ 3 mỗi ngày có một đợt dài 2 tiếng, và nhóm thứ tư mỗi ngày có 2 đợt 2 tiếng. Kết quả nghiên cứu này thể hiện trong Hình 18.6.

Hình 18.6 Tập quen và các khóa thực hành



Nguồn: Phỏng theo Baddeley và Longman, 1978

Mặc dù đều quan trọng nên nhớ thực hành cách khoảng có nghĩa là con người cần ít thời gian tập quen hơn mới có một kỹ năng mới, tổng lượng thời gian họ dùng để tập quen thực ra dài hơn. Mặc dù nhân viên bưu điện trong nghiên cứu của Baddeley và Longman, những người mỗi ngày chỉ có một đợt 1 tiếng cần số tiếng để tập quen kỹ năng ít hơn, họ không cảm giác rằng mình tiến bộ rất nhanh vì tập quen của họ gồm nhiều ngày hơn. Vì thế thực ra họ cảm thấy như thể mình đang học chậm hơn nhiều so với đồng nghiệp.

Tập quen toàn bộ hay từng phần

Khía cạnh nghiên cứu thực hành khác là vấn đề liệu thực hành những đơn vị nhỏ riêng biệt sẽ hình thành kỹ năng tốt hơn hay thực hành toàn bộ kỹ năng cùng một lúc. Niemeyer (1959) so sánh những người học bơi, quần vợt hay bóng chuyền, nhận thấy tập quen toàn bộ hay từng phần tốt hay không hoàn toàn tùy thuộc vào việc họ đang cố gắng tập quen kỹ năng nào. Bơi học tốt nhất theo **phương pháp toàn bộ,** học bóng chuyền tốt nhất theo **phương pháp từng phần,** học quần vợt tốt nhất nếu kết hợp hai phương pháp.

Naylor (1962) tiến hành phân tích đối chứng nghiên cứu tập quen từng phần hay toàn bộ, đi đến kết luận rằng tập quen nào tốt hơn liên quan đến tính phức tạp của công việc và có đòi hỏi nhiều sắp xếp hay không – nói cách khác, liệu các đơn vị khác nhau có tương quan mật thiết với nhau hay không. Như chúng ta có thể thấy trong Bảng 18.4, tập quen toàn bộ tốt hơn khi công việc phức tạp, đòi hỏi mức độ sắp xếp cụ thể cao. Nhưng một công việc kép phức tạp hơn thường được tập quen hiệu quả hơn kinh nghiệm sử dụng phương pháp tập quen từng phần.

Bảng 18.4 So sánh tập quen toàn bộ và từng phần

Tính phức tạp	Sắp xếp	Kết quả tập quen
Cao	Cao	Phương pháp toàn bộ tốt hơn
Cao	Thấp	Phương pháp từng phần luôn tốt hơn (63% số trường hợp)
Thấp	Cao	Phương pháp từng phần luôn tốt hơn (75% số trường hợp)
Thấp	Thấp	Phương pháp toàn bộ và từng phần thành công như nhau

Nguồn: Phỏng theo Naylor, 1962

Hình dung hóa

Các nhà tâm lý học thể thao cũng nhận thấy rằng **hình dung hóa** hay thực hành suy nghĩ có thể tạo ra nhiều khác biệt trong kết quả thực hiện ở cá nhân. Khi Ainscoe và Hardy (1987) yêu cầu vận động viên thực hành hoạt động của mình trong suy nghĩ, tự hình dung mình đang tiến hành mỗi công việc thành công, họ nhận thấy sự cải thiện nhìn thấy có thể đạt được khi áp dụng kỹ thuật này.

Trong một nghiên cứu sớm hơn, Twining (1949) yêu cầu nam sinh viên thực hành ném vòng vào một mục tiêu. Một nhóm thực hành mỗi ngày trong suốt 22 ngày, nhóm khác thực hành vào ngày đầu tiên, sau đó được yêu cầu thực hành nhẩm trong 19 ngày còn lại trước khi được kiểm tra cụ thể vào ngày thứ 22, nhóm thứ ba chỉ được kiểm tra vào ngày thứ nhất và thứ 22. Twining nhận thấy có lẽ không có gì phải ngạc nhiên, nhóm thực hành cụ thể thực hiện tốt nhất khi kiểm tra toàn bộ sinh viên. Nhưng nhóm thực hành nhẩm thực hiện tốt hơn nhóm kiểm soát nhiều, cho dù không có nhóm nào thực hành cụ thể từ thời gian đầu.

Thực hành không chỉ áp dụng khi chúng ta tập quen một kỹ năng mới. Chúng ta tiếp tục thực hành kỹ năng ngay cả sau khi chúng ta đã tập quen chúng, và điều này thường tạo ra sự khác biệt trong việc chúng ta tập quen kỹ năng tốt ra sao.

Tập quen quá mức chứng minh có tác dụng rất tích cực trong việc chúng ta nhớ kỹ năng tốt đến mức nào. Melnick (1971) yêu cầu những người tham gia nghiên cứu thực hành một công việc cân bằng cho đến khi đạt được một tiêu chuẩn ấn định. Khi làm thế, một nhóm được yêu cầu không cần thực hành nhiều hơn nữa, ba nhóm khác được phân công số lượng tập quen quá mức khác nhau. Một nhóm có thời gian thực hành hơn 50%, nhóm khác có lượng thời gian tập quen quá mức tương tự như họ tập quen công việc lần đầu, nhóm thứ tư tập nhiều gấp đôi. Những người thực hành nhiều hơn sau khi công việc được tập quen có thể thực hiện công việc tốt hơn.

Thậm chí chúng ta có thể cải thiện kỹ năng đã được tập quen theo một tiêu chuẩn rất cao. Crossman (1959) nghiên cứu phụ nữ sử dụng máy làm xì gà, nhận thấy thậm chí sau khi có lượng kinh nghiệm khổng lồ – trong một số trường hợp họ làm hơn 10 triệu điếu xì gà – họ vẫn còn cho thấy dấu hiệu cải thiện do thực hành. Nhưng điều này không có nghĩa rằng chỉ làm mãi công việc có nghĩa là tự động chúng ta sẽ giỏi hơn. Muốn cải thiện bằng thực hành, chúng ta cũng cần biết đầu tiên mình làm gì, kết quả tốt ra sao.

Hiểu biết kết quả

Hiểu biết kết quả thường viết tắt là **KR**, là một đặc điểm cơ bản trong tập quen kỹ năng. Không biết hành động của mình có kết quả gì thì chúng ta không thể sửa đổi kết quả để tạo ra hành vi đúng cần để thực hiện một kỹ năng. Sự phối hợp các đơn vị vận động để tạo ra kỹ năng phức tạp hoàn toàn phụ thuộc vào sự phản hồi liên tục: băng qua đường bao gồm sự đánh giá liên tục khoảng cách giữa chúng ta và ô tô ở đằng xa, sửa đổi tốc độ của mình cho phù hợp.

Hiểu biết kết quả đôi khi gọi là **sự phản hồi**, mặc dù nói cho đúng ra, sự phản hồi là thuật ngữ ám chỉ thông tin đến từ các bộ phận bên trong một hệ thống chứ không phải thông tin đến từ thế giới bên ngoài. Vì thế, một số nhà tâm lý học phân biệt giữa **sự phản hồi nội sinh** đến từ hệ thống bên trong (như thông tin đến từ các dây thần kinh tự cảm phản ứng với các vị trí cơ bắp của chúng ta) và **sự phản hồi ngoại sinh** đến từ thế giới bên ngoài (như thông tin về ô tô đang đến gần mà chúng ta cảm nhận bằng mắt). Mặc dù trong phần này, chúng ta sẽ sử dụng từ "sự phản hồi" như một thuật ngữ chung để mô tả hiểu biết kết quả như nhiều nhà tâm lý học đã dùng. Nghiên cứu nhà tâm lý học, về tầm quan trọng của sự phản hồi dẫn đến kết quả phát triển 3 nguyên tắc chung, được tóm tắt trong Bảng 18.5, ở đây cũng đáng bàn chi tiết hơn.

Nguyên tắc thứ nhất là nguyên tắc chúng ta vừa phát biểu: sự phản hồi là yếu tố cần thiết cho tập quen. Ở mức độ rộng, bản thân điều này đã là chứng cứ. Nói cho cùng, bạn không nghĩ mình sẽ tốt hơn khi ném phi tiêu trúng mục đích khi bịt mắt, đúng không? nhưng nguyên tắc này liên quan đến việc đạt được kỹ năng nhận thức phức tạp cũng như kỹ năng cụ thể, và điều đáng lưu ý, nhất là trong một số loại hình giáo dục, con người được mong đợi làm tốt hơn nhưng không được cho biết khi nào họ làm tốt hay tồi. Một số hệ thống tập quen trên cơ sở máy tính, được module hóa thành công nhất đạt được sự thành công chính xác vì chúng giới thiệu cho học viên sự phản hồi nhất quán, đều đặn.

Nguyên tắc thứ hai là sự phản hồi liên tục tốt hơn sự phản hồi gián đoạn. Bilodeau và Bilodeau (1958) yêu cầu người tham gia nghiên cứu tập cách kéo đòn bẩy qua một cung 33 độ. Họ được chia thành 4 nhóm. Một nhóm được cung cấp sự phản hồi hành động của họ sau mỗi lần thử. Nhóm thứ hai được cung cấp sự phản hồi sau lần thử thứ ba. Nhóm thứ ba được cung cấp sự phản hồi sau mỗi lần thử thứ tư, và nhóm sau cùng được cung cấp sự phản hồi sau mỗi lần thử thứ mười. Thực ra họ không được cho biết

Bảng 18.5 Nguyên tắc phản hồi

1. Phản hồi là yếu tố cần thiết cho tập quen.
2. Phản hồi liên tục tốt hơn phản hồi gián đoạn.
3. Phản hồi càng chính xác thì tập quen càng tốt hơn.

mình đang nhắm đến mục đích gì: thay vào đó, họ được cho biết phải cố gắng đạt đến độ cung nào và liệu có cao quá hay thấp quá hay không.

Các nhà nghiên cứu nhận thấy những người tham gia nghiên cứu tiến bộ qua thực hành, nhưng chỉ sau những nỗ lực họ được cho biết mình thực hiện tốt đến mức nào. Họ không có dấu hiệu tiến bộ nào cả sau những nỗ lực không có sự phản hồi, điều này có nghĩa nhóm nhận được sự phản hồi liên tục tập quen kỹ năng nhanh hơn những người nhận sự phản hồi gián đoạn rất nhiều. Người tham gia nghiên cứu nhận sự phản hồi càng thường hơn thì họ tập quen càng tốt hơn.

Nguyên tắc thứ 3, theo bảng, là sự chính xác. Phản hồi càng chính xác thì tập quen càng tốt hơn. Trowbridge và Cason (1932) yêu cầu người tham gia vẽ một đoạn thẳng dài 3 inch trong khi họ bị bịt mắt. Nhóm kiểm soát nói chung không được cung cấp sự phản hồi, không có gì ngạc nhiên, họ không biểu hiện một tiến bộ cụ thể bất kỳ. Nhóm thứ hai được cung cấp phản hồi không thích hợp: họ được cung cấp một âm tiết vô nghĩa sau mỗi phản ứng. Họ cũng không cải thiện được hoạt động của mình.

Nhóm thứ ba được củng cố thông tin chất lượng họ đã làm tốt đến mức nào, được cho biết là "đúng" nếu họ chỉ cách mục tiêu 1/8 inch hoặc là "sai". Họ cải thiện hoạt động của mình ổn định qua 10 lần thử. Nhóm thứ tư được cung cấp phản hồi số lượng, được cho biết đường thẳng của họ dài hay ngắn hơn mục tiêu, theo nghĩa mỗi lần các đơn vị 1/8 inch, do đó họ được cho biết "cộng 2" nếu đoạn thẳng của họ quá dài, ¼ inch. Nhóm này tiến bộ đáng kể, sau hai lần thử, tỏ ra rất chính xác, vẫn giữ như thế trong toàn bộ 10 lần thử.

Trao đổi tốc độ – chính xác

Một trong những tiêu chuẩn chúng ta dùng để đánh giá liệu một người có đạt mức thành thạo trong một kỹ năng cụ thể hay không là liệu người đó có khả năng thực hiện kỹ năng ấy nhanh chóng và chính xác hay không. Nói chung, nếu chúng ta đang tập quen một kỹ năng, chúng ta thường kém chính xác hơn khi chúng ta thực hiện kỹ năng nhanh hơn. Đây là nguyên tắc cơ bản trong thực hiện kỹ năng, gọi là **trao đổi tốc độ – chính xác:** tốc độ càng cao dẫn đến sai sót nhiều hơn.

Woodworth (1899) yêu cầu người tham gia vẽ các đoạn thẳng có chiều dài bằng nhau cùng lúc với máy nhịp. Không có gì ngạc nhiên, Woodworth nhận thấy độ chính xác trong thực hiện của người tham gia nghiên cứu tùy thuộc vào việc họ thực hiện công việc nhanh đến mức nào. Ở 20 nhịp mỗi phút, nói chung họ chính xác, nhưng khi tốc độ tăng lên 200 nhịp mỗi phút, càng lúc họ càng kém chính xác hơn. Mặc dù điều lý thú không phải là sự giảm dần đều đặn. Con người ở mức 40 nhịp mỗi phút cũng chính xác như mức 20, và không chính xác khi tốc độ ở mức 140 nhịp mỗi phút hay cao hơn.

Năm 1954, Fitts chứng minh mối quan hệ giữa tốc độ và chính xác là **logarith:** mức độ không chính xác tăng theo tỉ lệ luôn lớn hơn khi tốc độ tăng. Các yếu tố ảnh hưởng đến điều này là biên độ của công việc – lượng di chuyển cần thiết – và chiều rộng của mục tiêu. Mối quan hệ này gọi là **định luật Fitts,** có thể diễn đạt theo toán học như sau:

$$MT = a + b \log_2 (2A/W)$$

MT trong công thức này là thời gian di chuyển, cả a lẫn b đều là hằng số, A là biên độ của công việc còn W là chiều rộng của mục tiêu.

Tuy nhiên, công thức này thực ra chỉ áp dụng vào các công việc có di chuyển ở mức độ nhiều hay ít hơn, và số sai sót con người mắc phải khi tiến hành sự di chuyển ấy. Các loại công việc khác nhau thể hiện mối quan hệ khác nhau giữa tốc độ và chính xác.

Chẳng hạn, Begbie (1959) yêu cầu người tham gia ném bút chì vào mục tiêu, tính sai sót của họ trên cơ sở góc ném. Điều này khác với sai sót mức độ mô tả trong định luật Fitts, vì chỉ liên quan đến đoạn thẳng quá dài hay quá ngắn: đó là những sai sót ném quá hay chưa tới mục tiêu. Begbie nhận thấy trong công việc ném bút chì, người được yêu cầu phải ném nhanh hơn thì họ càng ít chính xác hơn. Trao đổi tốc độ – chính xác chứng minh mối quan hệ ổn định: nếu con người thực hiện công việc thật nhanh thì không chính xác, nếu làm thật chậm, họ rất chính xác, nếu họ ném bằng tốc độ trung bình thì chính xác vừa phải. Nói cách khác, mối quan hệ giữa tốc độ và chính xác **theo tuyến tính** chứ không phải logarith.

Ngoài ra, khi thực hiện một số loại kỹ năng, sai sót không thể chấp nhận được. Chẳng hạn một thư ký đánh máy nói chung không được sai sót hay ít nhất sai sót ở mức tối thiểu. Vì thế loại đào tạo liên quan đến đánh máy nhấn mạnh sự chính xác hơn là tốc độ: một người học đánh máy lúc đầu nghĩ rằng học đánh chính xác nhưng chậm, chỉ nâng tốc độ của mình khi nào không phạm nhiều sai sót hơn. Vì thế chúng ta có thể thấy rằng mối quan hệ giữa tốc độ và chính xác rất phức tạp, có vẻ lệ thuộc nhiều vào các yếu tố khác như thực hành và tập quen quá mức.

Sự tự động hóa

Hầu như mọi tiếp cận trong tìm hiểu sự đạt được kỹ năng đều bao gồm một số khái niệm **sự tự động hóa.** Đây là quan điểm cho rằng một đơn vị hành vi hay đơn vị vận động, được tập quen tốt đến mức có thể thực hiện không hề có sự kiểm soát ý thức bất kỳ.

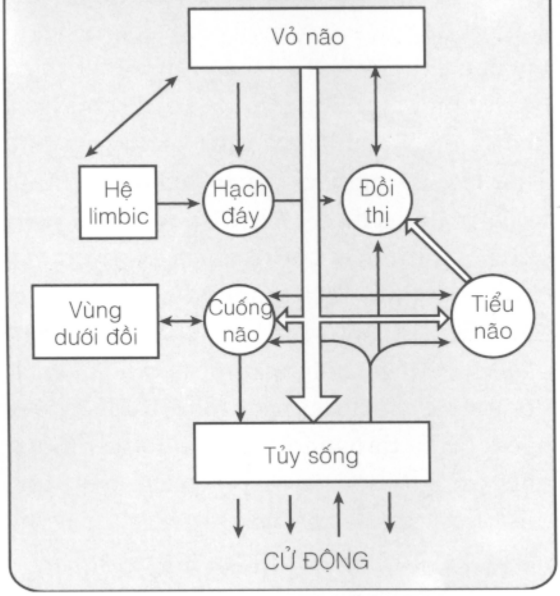
Sự tự động hóa bao gồm sự thay đổi trong kiểm soát hành động trung tính, từ các mức độ vỏ não cho đến cấu trúc dưới lớp vỏ não liên quan cử động chủ động.

Như chúng ta đã biết trong Chương 10, cử động có ý thức do vùng vỏ não gọi là **vỏ não vận động** nghĩ ra, nằm ở thùy trán của não, dọc rãnh giữa. Nếu chúng ta quyết định, chẳng hạn, nhấc cánh tay, chính vùng này gởi thông tin đến cơ cánh tay báo chúng phải co thắt. Nhưng khi tiến hành một hành động có kỹ năng, chúng ta không nghĩ đến từng động tác riêng biệt. Thật ra, suy nghĩ về nó có nghĩa là chúng ta hành động theo cách thật chậm và nhát gừng. Tuy nhiên với hành vi có kỹ năng, chúng ta thực hiện hành động cần thiết một cách vô thức và trôi chảy. Bộ phận não chịu trách nhiệm phối hợp loại hành động này nằm trong cấu trúc dưới lớp vỏ não gọi là **tiểu não:** một cấu trúc giống như cải hoa lớn nằm phía sau não, bên dưới thùy chẩm của não.

Tập quen một kỹ năng bao gồm thay đổi dần sự kiểm soát hành động từ vỏ vận động sang tiểu não. Điều này xảy ra do thực hành. Khi lần đầu thực hiện một tập hợp hành động mới bất kỳ, như học lái ô tô, chúng ta nghĩ về từng động tác, vì thế cử động thường không được phối hợp: chúng đang được vỏ vận động điều khiển. Nhưng dần dần, khi sự phối hợp động tác ngày càng quen thuộc hơn, ít cần tập trung hơn, sự kiểm soát chuyển sang tiểu não. Vào lúc ấy, chúng ta thấy rằng mình có thể, chẳng hạn, sang số nhưng không nghĩ đến chúng: hành động đã trở thành tự động hóa.

Dĩ nhiên, điều này không có nghĩa tiểu não là bộ phận duy nhất của não có liên quan. Như chúng ta đã biết, thực hiện một hành động có kỹ năng bao gồm sự phản hồi liên tục, có nghĩa chúng ta cần có sự liên kết giữa **hệ thống đầu vào nhận cảm** như đồi thị và **hệ thống vận động** trong não. Những bộ phận khác trong não cũng có liên quan. Brooks (1986) chứng minh cuống não, hệ limbic, tiểu não và vỏ não, tất cả đều liên quan đến sự tạo ra và phối hợp cử động khéo léo (xem Hình 18.7).

Hình 18.7 Đường đi của tế bào thần kinh trong cử động chủ động



Bảng 18.6 Mô hình đạt được kỹ năng kích thích-phản ứng

Giai đoạn 1	*Nhận thức* Cá nhân đang tập quen kỹ năng đi đến việc hiểu rằng cần đến điều gì, đạt được nó bằng cách nào.
Giai đoạn 2	*Liên tưởng* Cá nhân thực hiện kỹ năng để phát triển những liên kết vận động nhận cảm cần thiết.
Giai đoạn 3	*Tự chủ* Liên kết giữa sự hiện diện của kích thích thích hợp và hoạt động nhận cảm của kỹ năng trở thành tự chủ, và kỹ năng được thực hiện ít có sự kiểm soát chủ động.

Nguồn: Phỏng theo Fitts, 1964

MÔ HÌNH ĐẠT ĐƯỢC KỸ NĂNG

Lý thuyết giải thích điều gì đang diễn ra khi chúng ta đạt được kỹ năng khác nhau thay đổi với sự phát triển tâm lý học nói chung. Một trong những mô hình đạt được kỹ năng đầu tiên, và được biết đến nhiều nhất dựa trên quan điểm cho rằng phát triển kỹ năng bao gồm sự hình thành **liên kết kích thích – phản ứng,** sao cho kỹ năng được thực hiện tự động ít hay nhiều hơn khi có kích thích phù hợp. Fitts (1964) diễn đạt lý thuyết này theo nghĩa 3 giai đoạn đạt được kỹ năng, liệt kê trong Bảng 18.6.

Một tiếp cận khác đối với tập quen kỹ năng ngày càng thịnh hành khi thời đại vi tính phát triển, từ thập niên 1960 trở đi, là việc xem tập quen kỹ năng theo nghĩa **xử lý thông tin.** Theo mô hình này (chẳng hạn Welford, 1958) con người được xem có hành động như thể một máy tính, tiếp nhận thông tin qua các bộ nhận cảm, xử lý thông tin ấy, và theo kết quả xử lý thông tin, tạo ra sản phẩm dưới dạng hành vi. Vì thế mô hình này khác với tiếp cận kích thích – phản ứng, vì nó nhấn mạnh đến những gì đang diễn ra bên trong, khi thực hiện kỹ năng. Theo mô hình này, có 5 giai đoạn đạt được kỹ năng, liệt kê trong Bảng 18.7.

Kỹ năng như sơ đồ theo hệ thống thứ bậc

Tiếp cận đạt được kỹ năng trong thời gian gần đây do Annett đề xuất năm 1989, cho rằng kỹ năng nên được xem như sự sắp xếp các chương trình vận động hay **sơ đồ** theo hệ thống thứ bậc. Một sơ đồ, như chúng ta đã biết trong Chương 5, là hình thức mô tả nhận thức kết hợp chương trình hành động cũng như mô tả và phân loại suy nghĩ. Theo mô hình đạt được kỹ năng này, kỹ năng gồm nhiều đơn vị phụ hành vi khác nhau, mỗi đơn vị đã được tập quen, trở thành một đơn vị hoàn chỉnh. Những đơn vị này sau đó được kết hợp thành nhóm và các mẫu kết hợp, kiểm soát vận động cũng được phát triển ở mức cao hơn. Mỗi mức kế tiếp trong hệ thống thứ bậc liên quan đến việc sắp xếp

Bảng 18.7 Tiếp cận xử lý thông tin trong việc đạt được kỹ năng

1. *Hình thành kế hoạch.* Trong giai đoạn này, cá nhân tập quen kỹ năng nhận dạng yêu cầu phải có và phát triển kế hoạch nhận thức để định hướng và sắp xếp hành động cần thiết.
2. *Sắp xếp nhận thức* cá nhân đạt được kỹ năng tập cách sàng lọc đầu vào nhận cảm, sao cho có thể phân biệt giữa thông tin nhận cảm nào không liên quan đến kỹ năng và thông tin nhận cảm nào là cần thiết. Thông tin nhận cảm dư thừa bị loại chừa lại thông tin quan trọng.
3. *Tiết kiệm hành động vận động* cá nhân có được kỹ năng tập cách thực hiện hành động cần thiết trong kỹ năng một cách hiệu quả, theo cách lượng kiểm soát có ý thức và đầu vào nhận cảm cần thiết để thực hiện kỹ năng được giảm thiểu hóa.
4. *Định thời gian* chuỗi và phối hợp các mẫu và dây chuyền phản ứng vận động nhận cảm dần dần hòa hợp với nhau cho đến khi tạo thành một mẫu trôi chảy: thực hiện hành vi hình thành một hành động liên tục, không gián đoạn.
5. *Thực hiện tự động* kỹ năng tập quen được chuyển từ kiểm soát có ý thức sang vô thức – từ vỏ não đến tiểu não và tủy sống sao cho tạo ra một vài yêu cầu nhận thức đối với cá nhân đang thực hiện.

Nguồn: Phỏng theo Taylor và người khác, 1982

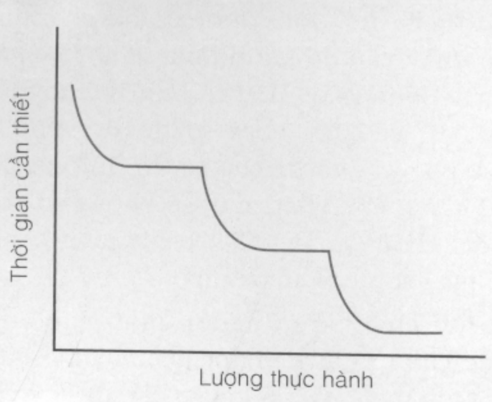
và thực hiện một mức độ cao hơn trong kỹ năng.

Có lẽ cách tốt nhất để hiểu mô hình này dưới dạng kỹ năng phức tạp như đánh máy, hay học cách chơi đàn dương cầm. Như chúng ta đã biết trong Chương 5, khi chúng ta tìm cách giải quyết vấn đề hay thực hiện một công việc đơn giản, mẫu tập quen thường thể hiện **đường cong tập quen** – thời gian cần thiết giải quyết vấn đề hay tiến hành hoạt động dần dần ngày càng ít hơn, tiếp theo sau một chuỗi trôi chảy khá hợp lý. Nhưng khi học cách thực hiện một công việc phức tạp, sự phát triển xúc tiến theo nhiều cách khác nhau. Thông thường, chúng ta sẽ tiến bộ nhưng sau đó đạt đến **trạng thái bình ổn** – một khoảng thời gian có vẻ không tiến bộ nhiều. Nhưng nếu tiếp tục thực hành, chúng ta đạt đến một giai đoạn khác bắt đầu tiến bộ trở lại, sau đó là trạng thái bình ổn khác (xem Hình 18.8).

Chẳng hạn, khi một người đầu tiên học đánh máy, họ sẽ rất chậm trong khi làm quen vị trí từng chữ trên bàn phím. Sau đó, khi đã quen những chữ này, mỗi lần thực hành, họ sẽ đánh nhanh hơn. Thông thường, họ sẽ đạt đến trạng thái bình ổn, có lúc có vẻ như không thể nhanh hơn được nữa. Nhưng sau khi thực hành tiếp, mẫu được các chữ cụ thể tạo ra khi họ đánh nhiều sẽ trở nên quen thuộc hơn, và bắt đầu đánh những chữ này nhanh hơn những chữ lạ. Lúc này, họ bước vào giai đoạn khác trong đó việc đánh máy nhanh hơn, sau đó đến trạng thái bình ổn khác.

Rumelhart và Norman (1982) cho rằng những gì xảy ra trong giai đoạn hai này

Hình 18.8 Tập quen bình ổn



là cá nhân bắt đầu phát triển một sơ đồ đối với các từ cụ thể, có mức phối hợp vận động cấp cao hơn khi họ chỉ phát triển sơ đồ vị trí từng chữ riêng lẻ. Trong mô hình này, phát triển một kỹ năng phức tạp không chỉ bao gồm việc phát triển sơ đồ đối với những hành động cụ thể mà còn sắp xếp chúng theo chuỗi hệ thống thứ bậc.

Rumelhart và Norman (1982) phát triển một chương trình mô phỏng máy tính trên cơ sở tiếp cận đánh máy này. Họ đặt ra các giá trị kích hoạt tùy tiện (điều kiện trong đó kích hoạt mỗi sơ đồ), sau đó lập ra mô phỏng đánh máy 2000 từ. Do giá trị kích hoạt, hệ thống tạo những lỗi tình cờ khi đánh máy. Thật thú vị, những lỗi này giống với lỗi con người thường gặp khi đánh máy. Chẳng hạn có lỗi khi một "bàn tay" mô phỏng phản ứng nhanh hơn bàn tay kia, tạo ra các lỗi như 'hte' thay vì 'the'. Một lỗi khác là hệ thống đôi lúc đánh đúp một chữ sai trong từ, chẳng hạn như đánh 'bokk' thay vì ' book'. Con người cũng gặp những lỗi này, cho thấy chúng ta có sơ đồ cấp cao trong việc đánh đúp chữ, đôi khi áp dụng không phù hợp.

Sơ đồ có thể ức chế hay kích hoạt các sơ đồ khác, vốn là một phần trong các chúng liên kết với các nhóm cấp cao hơn. Nếu một người theo thói quen đánh từ "behaviour" chẳng hạn, sơ đồ đối với từ ấy được hình thành rất rõ, và mỗi chữ trong từ được đánh theo chuỗi, chẳng hạn như "behave", đối với họ sẽ dễ phạm lỗi hơn, thay vào đó họ thường đánh "behaviour". Đánh máy mẫu các chữ với tay lên chữ "v" sẽ kích hoạt sơ đồ đối với từ "behaviour", và ức chế sơ đồ đối với các chữ khác. Mặt khác, một số không có thói quen đánh máy từ "behaviour", nói chung không phạm lỗi này.

Tuy nhiên, một người đánh máy giỏi chắc chắn không phạm lỗi như thế này. Một phần là vì họ có sơ đồ được phát triển tốt đối với một dải các từ và phối hợp rộng hơn nhưng cũng vì đây là một phần quan trọng trong hoạt động có kỹ năng liên quan đến **sự phản hồi** liên tục. Một phần của mô hình có được kỹ năng theo hệ thống thứ bậc là quan điểm cho rằng có vòng lặp phản hồi đối với mỗi sơ đồ, thông báo cho cá nhân về kết quả của mỗi hành động, và cho phép họ bổ sung, sửa đổi những gì họ đang làm tự động ít nhiều.

Mô hình kiểm soát kỹ năng theo hệ thống thứ bậc lệ thuộc rất nhiều vào quan niệm phản hồi. Chúng ta đã hiểu rằng phản hồi quan trọng ra sao đối với việc tập quen kỹ năng ban đầu. Nhưng cũng là yếu tố cần thiết trong việc tập quen kỹ năng phức tạp. Annett (1989) cho rằng sự phản hồi trong tập quen kỹ năng phức tạp hoạt động theo hệ thống **TOTE** (trắc nghiệm – hoạt động - trắc nghiệm – thoát) do Miller, Galanter và Pribram (1960) nhận dạng, chúng ta đã khảo sát trong Chương 2.

Theo mô hình của Annett, mỗi đơn vị trong một kỹ năng phức tạp đều có một trạng thái mục tiêu, là cách tình huống kết thúc như thế nào. Trong việc thực hiện mỗi đơn vị, cá nhân liên tục so sánh trạng thái hiện tại với trạng thái mục tiêu. Đây là giai đoạn "trắc nghiệm" trong mô hình TOTE. Sau đó, người ta hành động hay sửa đổi hành vi của mình, là giai đoạn "hoạt động" trong mô hình, trắc nghiệm nó lần nữa, hoặc lặp lại giai đoạn hoạt động trước khi trắc nghiệm thêm lần nữa hay thoát khỏi chuỗi ấy nếu đạt được trạng thái mục tiêu. Vì thế mỗi đơn vị vận động bao gồm một mẫu phản hồi và hành động liên tục.

TẬP QUEN KỸ NĂNG Ở TRẺ

Nghiên cứu mà chúng ta khảo sát cho đến nay phần lớn liên quan đến sự đạt được kỹ năng ở người lớn - mặc dù nghiên cứu cũng cho chúng ta biết cách trẻ đạt được kỹ năng. Nhưng trẻ cũng đạt được kỹ năng – thực ra, người ta có thể xét đến toàn bộ thời kỳ sơ sinh và thời thơ ấu như một giai đoạn đạt được kỹ năng mà trẻ cần đến trong suốt đời.

LÝ THUYẾT PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG Ở TRẺ SƠ SINH CỦA BRUNER

Một số lý thuyết gia phát triển cho rằng phát triển nhận thức về cơ bản là tập quen kỹ năng. Bruner (1973b) cho rằng sự phát triển nhận thức ở trẻ sơ sinh liên quan đến kỹ năng mà trẻ đang phát triển và cách những kỹ năng này được tự chủ hóa. Bruner lập luận giống như người lớn, trẻ sơ sinh phát triển kỹ năng có cân nhắc: trẻ diễn đạt **chủ ý** và tập quen vì trẻ đang cố gắng hành động như thế.

Bruner cho rằng nghiên cứu sự với tới ở trẻ, chúng ta sẽ khảo sát trong chương sau khi nghiên cứu nhận thức với tới ở trẻ, cho thấy chủ ý có từ rất sớm. Lý do giải thích tại sao có thể sử dụng nhận thức nghiên cứu là vì trẻ *cố ý* cố với lấy đồ vật. Ngoài ra, Bruner cho rằng mục đích hành động ở trẻ được thích nghi rất rõ ràng từ trước với chủ ý và nhu cầu của trẻ: trẻ có tố chất với tới đồ vật bằng hai tay hơn là dùng hai chân với lấy đồ vật.

Điều này có nghĩa là hành động có thể là giá trị nhất đối với trẻ về lâu dài là hành động được thực hành nhiều nhất. Các bộ phận cấu thành một hành động bất kỳ sẽ được hình thành tốt hơn khi sử dụng lặp đi lặp lại. Chẳng hạn, trẻ càng cố gắng nắm bắt đồ vật càng nhiều thì sự nắm bắt phối hợp càng nhiều hơn, và hành động tự chủ càng nhiều, có ít thay đổi hơn. Vì thế, khi hành động trở thành tự chủ hóa thì trẻ bắt đầu có khả năng dự đoán những gì sẽ xảy ra khi trẻ nắm chặt bàn tay theo cách thích hợp.

Một khi hành vi được module hóa, theo Bruner, đối với trẻ không cần phải chú ý đến hành vi nữa – trẻ có thể tự động thực hiện hành vi. Vì thế điều này giúp trẻ khỏi phải chú ý và tập trung vào các vấn đề khác. Bruner xem phát triển nhận thức như một vấn đề ngày càng gia tăng quá trình module hóa các thành phần trong kỹ năng cụ thể, giống cách trẻ không phải chú ý nữa để giải quyết kích thích mới lạ. Chúng ta cũng nhận thấy ở người lớn cũng có quá trình tương tự, như học lái xe chẳng hạn. Các giai đoạn học lái ban đầu cần phải chú ý nhiều những động tác như sang số, nhưng thực hành thường xuyên những động tác này, chúng trở thành module hóa và thực hiện ít nhiều mang tính tự chủ hơn, người học lái không phải chú ý hơn nữa, sau đó tập trung vào những đặc điểm nhận thấy khó khăn hơn nhiều về mặt đường phía trước, hay vừa lái vừa trò chuyện.

Bruner xem thành phần hoạt động kỹ năng tương tự như các đơn vị ngôn ngữ theo nghĩa chúng có thể được sắp xếp lại và được tái phối hợp sáng tạo theo nhiều cách khác nhau. Điều này có nghĩa trẻ có khả năng khám phá những sự phối hợp hành động mới – hành vi kỹ năng mới – vì nó có những thành phần cơ bản đã được hình thành trong hình thức module. Vì thế, theo mô hình này, trò chơi vận động cơ thể trở thành sự khám phá hành động module hóa có thể được kết hợp vào những phối hợp mới ra sao.

THUYẾT PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC CỦA FISCHER

Như chúng ta đã biết, tiếp cận hiện nay trong việc tìm hiểu hành vi có kỹ năng là phải xét hành vi như một cấu trúc gồm các đơn vị module theo hệ thống thứ bậc. Thật thú vị, một trong những thuyết tập quen kỹ năng nhận thức phát triển chính cũng tán thành tiếp cận này, cho dù nó có nguồn gốc lý thuyết hoàn toàn khác với nghiên cứu tập quen kỹ năng ở người lớn. Thuyết kỹ năng của Fischer là một mô hình phát triển áp dụng tiếp cận dựa trên kỹ năng, theo hệ thống thứ bậc để tìm hiểu sự phát triển nhận thức.

Cho đến cuối thập niên 1970, các quan điểm lý thuyết về phát triển nhận thức tương đối hiếm. Những quan điểm chính về cơ bản là tiếp cận theo thuyết hành vi và tiếp cận của Piaget – tiếp cận theo thuyết hành vi xem sự phát triển nhận thức chủ yếu phát sinh từ sự phối hợp liên tưởng kích thích – phản ứng trong hành vi.

Nhưng vấn đề trong quan điểm phát triển nhận thức theo thuyết hành vi, theo Fischer, là sự quá nhấn mạnh các ảnh hưởng môi trường. Xem phát triển nhận thức thuần túy phát sinh từ kinh nghiệm cá nhân ngụ ý rằng con người chỉ có khả năng có một điều gì đó bất kỳ giống với những người đã từng trải qua một môi trường tương tự, ngụ ý rằng nếu một người có một loại môi trường và kinh nghiệm cá nhân khác, thì nhận thức của họ hoàn toàn khác. Nhưng cũng có vẻ có một số sự giống nhau và đều đặn trong sự phát triển nhận thức ở con người, theo Fischer những điều này cần được giải thích.

Lý thuyết kỹ năng của Fischer (Fischer, 1980) là một nỗ lực hình thành sự tổng hợp giữa hai tiếp cận chính: thuyết của Piaget chúng ta sẽ nghiên cứu trong chương sau và thuyết hành vi. Từ thuyết của Piaget, Fischer chọn 3 quan điểm chính: xây dựng, kiểm soát và cấu trúc. **Xây dựng** là quan điểm cho rằng cá nhân chủ động xây dựng nhận thức của mình thông qua tương tác với môi trường. Phát triển nhận thức không phải thụ động cũng không phải tự động, đúng ra tìm hiểu thế giới theo hệ thống do kết quả hành động được thực hiện trong môi trường.

Kiểm soát ám chỉ kiểm soát hình thức hơn là kiểm soát vận dụng, về mức độ ở đó chúng ta tìm hiểu sự kiện và trong thế giới của chúng ta những biến thể được xem theo hệ thống hơn là ngẫu nhiên ra sao. Khi Fischer hay Piaget cho rằng trẻ có thể "kiểm soát" hình dạng một đồ chơi lúc lắc, thì có nghĩa rằng trẻ đạt được những kỹ năng chẳng hạn như tính nhất quán kích thước và hình dạng, vì thế trẻ không nhầm lẫn trước thực tế đồ chơi lúc lắc có nhiều dáng vẻ khác nhau từ các góc độ khác nhau hay có vẻ có kích thước khác khi nhìn ngang qua phòng. Trẻ có thể mô tả đồ chơi có nhận thức, sử dụng mô tả này để liên kết các biến thể với nhau. Vì thế trong ý nghĩa ấy, trẻ đạt được kiểm soát nhận thức.

Fischer cũng tán thành khái niệm **cấu trúc** của Piaget. Nhưng thay vì sơ đồ mà Piaget xem đó là đơn vị cấu trúc nhận thức cơ bản thì Fischer xem đó là cấu trúc nhận thức theo nghĩa **hệ thống thứ bậc** kỹ năng và kỹ năng cấp cao. Fischer nghĩ rằng môi trường của trẻ là rất quan trọng, với kinh nghiệm môi trường tạo ra biến thể tương ứng trong nhận thức. Vì thế, lý thuyết này có khả năng giải quyết hiện tượng phát triển không đồng đều, hoàn toàn là một vấn đề đối với các lý thuyết gia ủng hộ Piaget.

Từ góc độ thuyết hành vi, Fischer xem loại **kinh nghiệm** mà một người đã kinh qua trực tiếp dẫn đến loại kỹ năng mà họ phát triển, do đó dẫn đến loại cấu trúc nhận thức nổi bật. Ngoài ra, Fischer lập luận **sự phân biệt** môi trường của trẻ tăng theo độ tuổi. Môi trường đối với trẻ nhỏ tuổi và kiểm soát nhận thức mà trẻ cần đạt được không khác biệt nhiều từ trẻ này đến trẻ khác. tuy nhiên, môi trường đối với trẻ hay thanh niên biến đổi nhiều hơn, do đó làm tăng sự khác biệt lớn trong phát triển nhận thức.

Quá trình phát triển nhận thức

Về cơ bản, Fischer xem phát triển nhận thức phát xuất từ những tập hợp kỹ năng cụ thể, sắp xếp theo hệ thống thứ bậc và đạt được qua tương tác với môi trường. Trong lý thuyết của Fischer, chính khả năng kiểm soát biến thể ngày càng hiệu quả của cá nhân hình thành nguồn phát triển nhận thức ấy.

Khi kỹ năng vận động nhận cảm ở trẻ phát triển, do đó có nhiều kiểm soát đối với biến thể trong cử động hơn. Khi kinh nghiệm gia tăng, biến thể về dáng vẻ đồ vật và con người được hiểu tốt hơn – được kiểm soát nhận thức nhiều hơn. Đồ vật trong thế giới nhận thức đi đến miêu tả toàn bộ loại kích thích: gương mặt của một người chúng ta quen bao gồm những thể hiện khác nhau mỗi lần chúng ta gặp họ, cũng một chiếc tách có thể mỗi lần được xem từ một góc độ khác nhau. Trong thuật ngữ tâm lý cơ thể học, kích thích hiệu quả có thể là một kích thích hoàn toàn khác, nhưng phát triển nhận thức bao gồm việc nhận dạng và kiểm soát những biến thể này khi chúng liên hệ với cùng đồ vật.

Điều này áp dụng cho người lớn cũng như trẻ em. Chẳng hạn, nếu chúng ta nhìn thấy một người chúng ta biết rõ, chúng ta sẽ nhận biết họ cho dù họ có kiểu tóc mới hay tình trạng sức khỏe khác. Nhưng chúng ta không nhận ra một người mới gặp qua chỉ một lần. Trong trường hợp quen, chúng ta có sự kiểm soát nhận thức đối với biến thể trong kích thích nhưng trong trường hợp lạ sự kiểm soát này chưa phát triển, vì thế kích thích khác nhau không được liên kết hiệu quả. Mỗi lần chúng ta thông thạo một số nguồn biến thể mới trong kích thích thì chúng ta phát triển những gì mà Fischer gọi là **tập hợp**. Trẻ phát triển một tập hợp liên quan đến đồ chơi lúc lắc chẳng hạn. Người lớn phát triển một tập hợp về sự nhận biết một nhân vật mới nổi tiếng hay đường đi đến một nơi cụ thể.

Kỹ năng, theo Fisher là do sự liên kết các tập hợp để tạo ra đơn vị hành vi. Cấu trúc của kỹ năng ấy tùy thuộc vào số lượng tập hợp liên quan. Kiểm soát biến thể không chỉ bao gồm kiểm soát kích thích, mà còn bao gồm kiểm soát hành vi, vì thế một kỹ năng nhận thức trong thuật ngữ của Fischer bao gồm cả kích thích lẫn hành vi về một sự kiện hay kinh nghiệm cụ thể.

Mức độ sắp xếp kỹ năng

Kỹ năng có những mức độ phức tạp khác nhau, một kỹ năng có thể gộp vào một kỹ năng cấp cao hơn. Chẳng hạn, tập hợp mà trẻ mới biết đi phát triển về "lá" ban đầu đơn thuần bao gồm sự kiểm soát biến thể trong hình dáng của đối tượng đang được gọi là lá. Nhưng đồng thời trẻ thu thập thông tin về cảm giác khi cầm lá hay cách đôi khi có nhiều lá quanh trẻ. Mỗi thông tin trong số này hình thành một tập hợp chi tiết. Khi kinh nghiệm của trẻ phát triển, những tập hợp này liên kết tạo ra một kỹ năng cấp cao mà sau đó trẻ có thể áp dụng vào kích thích mới, dẫn đến kết quả nhận thức phức tạp, nhiều mặt về lá, mùa thu, cây cối, v.v...

Fischer cho rằng nói chung có 10 mức hệ thống thứ bậc có thể gom thành 3 loại kỹ năng (xem Bảng 18.8). Mức kỹ năng vận động nhận cảm cao nhất cũng là mức kỹ năng mô tả thấp nhất, trong khi

Bảng 18.8 Các loại kỹ năng

Mức 1-4	*Kỹ năng vận động nhận cảm* tập quen cách sù dụng và phối hợp hành động, tạo cách hiểu thông tin nhận cảm, sù dụng thông tin khi tuong tác vói môi truong.
Mức 4-7	*Kỹ năng mô tả* tập quen sù dụng hình ảnh nhận cảm, phát triển nhũng hình thúc mô tả phúc tạp hơn trên cơ sở tuỏng tuọng. Sụ phát triển và sử dụng mô tả biểu tuọng.
Mức 7-10	*Kỹ năng trùu tuọng* vận dụng biểu tuọng và khái niệm trong phân tich hay tổng hợp vân đề. Sụ phát triển kỹ năng nhận thúc đối chúng và nhũng kỹ năng nhận thúc phúc tạp khác.

Nguồn: Fischer, 1980

mức kỹ năng mô tả cao nhất cũng là mức kỹ năng trừu tượng thấp nhất. Mỗi kỹ năng hình thành dựa trên các kỹ năng trước, vì thế có mức phổ biến dần dần cao hơn.

Ở mức thấp nhất, kỹ năng liên quan đến sự phối hợp cơ bản cử động và giải thích kích thích nhận cảm. Khi trật tự tính phổ biến gia tăng một hình thức kỹ năng phức tạp hơn phát sinh bao gồm nhiều kỹ năng liên quan. Vào thời điểm chúng ta đạt đến kỹ năng vận động nhận cảm ở mức cao nhất, chúng ta đang bàn về những phối hợp hành động thật tinh vi, đi đến một điểm nơi những phối hợp này có thể hình thành mô tả thứ nhất. Như là cơ sở suy nghĩ hình ảnh ở trẻ, chúng có thể đồng thời ở mức phối hợp cao nhất và mức hình ảnh suy nghĩ cơ bản, sau này thành mức biểu tượng trừu tượng và nhận thức cơ bản.

Fischer cho rằng mặc dù môi trường quyết định kỹ năng nào được phát triển và trẻ sẽ đạt được mức độ tinh vi như thế nào, dù sao cũng có một giới hạn trên đối với mức độ tinh vi mà trẻ gặp được ở một độ tuổi nhất định. Vì thế, theo Fischer quan sát tính đều đặn trong phát triển nhận thức ở trẻ thuộc nhiều độ tuổi thường được giải thích bằng thuật ngữ của Piaget, có thể giải thích theo cách này.

Fischer phát triển **quy tắc biến đổi** qua đó trẻ đi đến việc sắp xếp kỹ năng theo hệ thống thứ bậc. Trong mô hình này, có 4 biến đổi cơ bản được mô tả trong Bảng 18.9. Phối hợp với nhau, những biến đổi này hình thành quá trình

Bảng 18.9 Quy tắc biến đổi trong việc đạt được kỹ năng

Pha trộn	Đây là sự phối hợp các kỹ năng khác nhau để tạo ra một kỹ năng mới, nhưng ở mức độ giống như các mức độ khác, chẳng hạn, trẻ kiểm soát biến thể "chiều nào ngửa" đối với tách ly, dĩa và tờ giấy. Trẻ có thể pha trộn kỹ năng nhận thức này bằng cách liên kết nó với kỹ năng liên quan đến đồ gỗ gia dụng. Trong trường hợp này, không có sự khác nhau trong loại kỹ năng nhưng có ứng dụng rộng hơn – giống như khái niệm đồng hóa của Piaget.
Tập trung	Bao gồm định hướng chú ý đối với kích thích khác nhau từ thời điểm này đến thời điểm khác. Trẻ Học cách chuyển sự chú ý theo chuỗi từ vấn đề này sang vấn đề khác và sau cùng điều này dẫn đến sự liên kết. Trong mô hình này, bàn tay và đồ chơi lúc lắc được liên kết do kết quả liên tục tập trung chú ý. Tương tự, người lớn học cách chơi game video mới hay kỹ năng phức tạp khác sẽ tập cách chú ý đến những kích thích khác nhau theo chuỗi, sau cùng liên kết tập trung chuỗi.
Thay thế	Đây là thuật ngữ để gọi cách mà kỹ năng trở nên phức tạp hơn vì nó được khái quát hóa để áp dụng vào một số đối tượng rộng hơn. Kỹ năng trước đây đã được tập quen với một đối tượng kích thích cũng có thể được mô tả với một đối tượng kích thích khác. Vì thế một tấm mền thay cho một cái gối, biểu thị "ngủ" trong trò chơi của trẻ mới biết đi, hay người lớn áp dụng kỹ năng học được trong một loại trò chơi này vào một loại trò chơi khác. Mức kỹ năng không đổi nhưng các đối tượng khác thay cho mục đích thông thường của nó.
Phân biệt	Bao gồm kỹ năng ngày càng phức tạp hơn, phân nhỏ thành các tập hợp phụ ngày càng nhiều hơn – chẳng hạn kỹ năng đi được phát triển thành chạy hay nhảy, khi trẻ ngày càng thành thạo trong việc phối hợp vận động nhiều hơn. Điều này không phải là thay đổi mức độ mà là minh họa sự phân biệt kỹ năng ngày càng cao.

Nguồn: Phỏng theo Fischer, 1980

liên phối hợp chung, qua đó kỹ năng được biến đổi từ mức này sang mức khác khi chúng được pha trộn, phân biệt hay biến đổi trong các cách khác.

Mô hình lý thuyết của Fischer là một nỗ lực phát triển sự tổng hợp giữa sự nhấn mạnh môi trường và kinh nghiệm theo thuyết hành vi và tiếp cận cấu trúc của thuyết Piaget. Mô hình cũng có một số điểm chung với mô hình phát triển kỹ năng cụ thể mà chúng ta đã xét trước đây, và hiểu kỹ năng cụ thể phức tạp theo nghĩa cấu trúc đơn vị module theo thứ bậc.

Mặc dù lý thuyết có một số vấn đề. Có lẽ nghiêm trọng nhất trong số này là Fischer, như Piaget, có khuynh hướng xem phát triển nhận thức độc lập với kinh nghiệm xã hội của trẻ. Có nhiều chứng cứ cho thấy kinh nghiệm xã hội khác nhau về chất với các loại kinh nghiệm khác đối với trẻ, và ảnh hưởng của nó cần nhấn mạnh nhiều hơn nếu chúng ta thực sự phải tìm hiểu phát triển nhận thức.

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC ĐỐI CHỨNG

Trẻ không chỉ đạt được kỹ năng vận động nhận cảm, mô tả và trừu tượng mà còn phát triển kỹ năng nhận thức đối chứng – kỹ năng giúp trẻ phát triển sự hiểu biết các quá trình nhận thức của riêng mình. Flavell (1979) mô tả **nhận thức đối chứng** như cách cá nhân có thể giám sát trí nhớ, lĩnh hội, các hành động táo bạo và sản phẩm nhận thức khác. Chính sự giám sát này sau đó trở thành một phần trong hiểu biết của cá nhân về hiện tượng nhận thức. Nhận thức đối chứng là hiểu biết về nhận thức: hiểu cách suy nghĩ, hiểu cách nhớ, hiểu cách sử dụng ngôn ngữ và quan điểm – tóm lại tìm hiểu tất cả.

Gần đây có nhiều chứng cứ cho thấy trẻ ngày càng phát triển **kỹ năng nhận thức đối chứng** tinh vi hơn khi trẻ lớn tuổi hơn. nghiên cứu này cho thấy chính những kỹ năng nhận thức đối chứng này giúp trẻ tìm hiểu cả thế giới vật lý lẫn thế giới xã hội. Kỹ năng nhận thức đối chứng cũng mang tính quan trọng quyết định trong việc giúp trẻ vượt qua quá trình học vấn thành công.

Khả năng nhận thức đối chứng có thể bắt đầu rất sớm. Năm 1981, Hayes, Bolin và Chemelski chứng minh rằng thậm chí trẻ trước tuổi đến trường cũng biết rằng trong một số tình huống học thông tin mới này dễ hơn thông tin mới khác. Chẳng hạn khi phải chọn lựa, trẻ biết rằng khi đang vui học dễ hơn khi đang buồn. Trẻ cũng biết rằng khi trong người khỏe khoắn thì học cũng dễ hơn. Vì thế ngay cả trẻ 4 tuổi rưỡi cũng có một số nhận thức về tính chất của việc học và thích học điều gì. Đây là hiểu biết nhận thức đối chứng.

Không có gì ngạc nhiên, kỹ năng nhận thức đối chứng ở trẻ ngày càng tinh vi khi trẻ lớn tuổi hơn. Nghiên cứu của Markman năm 1977 khảo sát khía cạnh nhận thức đối chứng có lẽ được mô tả tốt nhất khi biết rằng bạn không biết một điều gì đó. Trẻ 5, 6, và 7 tuổi được hướng dẫn không đầy đủ về cách chơi trò chơi và cách làm những mẹo ảo thuật. Trước khi bắt đầu công việc, người thí nghiệm hỏi trẻ liệu mình có quên bảo cho trẻ một điều gì đó hay hướng dẫn của mình không rõ ràng hay không. Vì thế ghi lại liệu trẻ có đặt câu hỏi khi cố gắng thực hiện công việc trên cơ sở thông tin không đầy đủ, biểu thị liệu trẻ có biết rằng mình không biết điều gì là cần thiết hay không.

Trong nghiên cứu này, Markman nhận thấy trẻ 5 tuổi tiếp tục cố gắng thực hiện công việc không thành công – trẻ không nhận biết điều gì, nếu có, là sai, nhưng hoàn toàn biết rằng mình không thể làm xong công việc. Nhưng trẻ 7 tuổi hỏi về công việc khi biết rằng mình cần thông tin nhiều hơn. Ngoài ra trẻ thường phát hiện điều này ngay từ đầu. Quan sát cho thấy trẻ 5 tuổi có nhiều khả năng suy nghĩ về công việc trước khi bắt tay vào làm, đôi khi trẻ cho người thí nghiệm biết khi không có hướng dẫn thích hợp. Nói cách khác, trong khi trẻ 5 tuổi hoàn toàn biết rằng mình biết chưa đủ thì trẻ 7 tuổi bắt đầu biết rằng chính là những gì mình không biết – mức kỹ năng nhận thức đối chứng cao hơn.

Nhận thức đối chứng và tập quen quá mức

Shatz (1978) cho rằng một giải thích phân tích đối chứng ngày càng tinh vi hơn khi trẻ lớn tuổi hơn có thể là sự kết hợp với một công việc được tập quen tốt đến mức nào. Nếu trẻ có nhiều kinh nghiệm hơn trong công việc nhận thức thì có nhiều khả năng suy nghĩ về công việc nhiều hơn. Trong một nghiên cứu, Shatz yêu cầu trẻ 5 và 4 tuổi chọn món đồ chơi phù hợp với trẻ khác. Trẻ được chọn đồ chơi nhỏ tuổi hay bằng tuổi với trẻ chọn đồ chơi. Sau đó trẻ phải giải thích lý do đối với sự chọn lựa ấy.

Khi số đồ chơi hạn chế, cả hai nhóm trẻ thực hiện tốt như nhau. Nhưng khi có nhiều sự chọn lựa hơn thì trẻ 5 tuổi thực hiện tốt hơn. Shatz cho rằng trẻ 5 tuổi có nhiều kinh nghiệm hơn với nhiều loại đồ chơi khác nhau, và sự chọn lựa loại này, có nghĩa rằng tình huống đối với chúng quen thuộc hơn. Vì thế người ta nhận thấy công việc nhận thức đối chứng tạo ra lý do thích hợp để việc chọn lựa của trẻ dễ hơn vì sự chọn lựa ít gây căng thẳng đối với khả năng nhận thức của trẻ hơn.

Lúc ấy nhận thức đối chứng là một khả năng nhận thức cấp cao tùy thuộc vào một số đơn vị cơ bản được tập quen tốt đến mức chúng hầu như trở thành tự động. Trong khía cạnh này, phát triển nhận thức đối chứng có vẻ giống như phát triển các loại kỹ năng nhận thức khác.

Trong chương này, chúng ta đã xét cơ chế phát triển, và quá trình liên quan đến sự phát triển kỹ năng và tập quen. Trong chương sau, chúng ta khảo sát một số nghiên cứu tâm lý học về phát triển nhận thức: ban đầu trẻ phát triển kỹ năng nhận thức ra sao, và sự tìm hiểu thế giới ngày càng tăng ở trẻ. Điều này cũng đưa chúng ta đi đến việc nghiên cứu cách phát triển nhận thức xã hội ở trẻ. Chúng ta sẽ khảo sát các mô hình lý thuyết do Piaget và Vygotsky đề xuất, và nghiên cứu chứng cứ gần đây hình thành hiểu biết của chúng ta về sự phát triển nhận thức ở trẻ.

Từ khóa

Mâu thuẫn tiếp cận- lảng tránh: Khi mục tiêu hấp dẫn nhưng cũng có một số trở ngại, nó thường được xem hấp dẫn hơn về sau này nhưng ít hấp dẫn hơn trong tương lai gần. Một người bị giằng xé giữa việc muốn đạt được mục tiêu và ý muốn tránh bỏ nó.

Tự chủ: Liên quan đến hoạt động của hệ thần kinh tự chủ, đôi khi được sử dụng khá mơ hồ như một thuật ngữ chung để chỉ chức năng hoạt động tiềm thức, trung tính, tự động.

Tự định dạng: Cách mà động vật phát triển "tập quen mê tín", thực hiện một hành vi không thích hợp trước khi hay cùng với một hành vi đáng mong muốn trong một công việc biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm.

Định dạng hành vi: Một quá trình qua đó hành vi mới lạ có thể được tạo ra qua biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, bằng cách chọn lọc những biến thể phản ứng tập quen xảy ra tự nhiên.

Quá trình nhận thức: Hoạt động tâm thần chẳng hạn như suy nghĩ, nhớ, hình thành khái niệm, nhận thức hay sử dụng ngôn ngữ.

Tập quen hiểu biết: Tập quen diễn ra do kết hợp suy nghĩ đột ngột và đồng thời xét đến mọi giải pháp, trái với việc hình thành tập quen dần dần hơn trong đó giải pháp đạt được mỗi lúc một chút, giống như tập quen thử nghiệm và sai sót.

Tập quen ẩn: Tập quen diễn ra không tạo ra sự thay đổi hành vi trực tiếp.

Luật tập luyện: Nguyên tắc cho rằng nếu một kích thích và hành động xảy ra cùng lúc, đều đặn thì sẽ đi đến việc hình thành một liên kết tập quen.

Tiêu chuẩn của Joyd Morgan: Nguyên tắc cho rằng hành vi động vật luôn được giải thích bằng cách sử dụng mức giải thích có thể thấp nhất.

Củng cố tiêu cực: Khuyến khích một loại hành vi nào đó bằng cách từ bỏ hay lảng tránh một kích thích khó chịu.

Dao cạo Occam: Nguyên tắc phát biểu rằng khi đối mặt với hai giải thích có thể tương đương nhau, tùy chọn khoa học là phải chọn giải thích ít phức tạp nhất.

Tập quen một lần thử: Hình thức tập quen nhanh, chỉ cần tập quen một sự kiện chẳng hạn như tránh thức ăn đã làm mình ốm.

Củng cố thứ cấp: Một điều gì đó củng cố hành vi tập quen vì trước đây đã liên kết với tác nhân củng cố sơ cấp.

Sự ước lượng thành công: Xem **định dạng hành vi**.

Sự liên tưởng nhất thời: Phép đặt kề nhau trong không gian và thời-gian – nói cách khác, cùng xảy ra hay theo một chuỗi nhanh.

Sự co mạch sự co thắt mạch máu xảy ra như một phản ứng chống cái lạnh.

Tập quen gián tiếp: Tập quen thông qua sự quan sát điều gì diễn ra ở người khác.

Tóm tắt

1. Cơ chế cơ bản qua đó trẻ phát triển về mặt tâm lý bao gồm sự trưởng thành di truyền, biến đổi điều kiện, mô phỏng và đồng nhất, nhận thức đối chúng và nhận thức xã hội, hình thành suy nghĩ cái tôi hiệu quả và phản ứng đối với các mong đợi xã hội.
2. Nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu thay đổi từ những nỗ lực ban đầu nhận dạng đặc điểm nhân cách bên trong sang tiếp cận nhấn mạnh cách nuôi dạy trẻ và cách quy kết và mục tiêu riêng của trẻ có thể ảnh hưởng đến nỗ lực.
3. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển xảy ra do kết quả liên kết kích thích với phản ứng vô tình trước một kích thích khác. Nghiên cứu gần đây về biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển cho thấy sự mong đợi cũng quan trọng trong hình thức tập quen này.
4. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm xảy ra khi hành vi có kết quả dễ chịu, thông qua phần thưởng, hay thoát khỏi, hay lảng tránh một kích thích bất lợi. Củng cố là một khái niệm chính trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm. Nghiên cứu gần đây cho thấy nó cũng bao gồm một số xử lý nhận thức.
5. Nghiên cứu tập quen một lần thử cho thấy một số hình thức tập quen này dễ hơn một số hình thức tập quen khác. Điều này có vẻ như dấu chỉ báo tính sẵn sàng di truyền tập quen hành vi định hướng sống còn. Những hình thức tập quen khác gồm tập quen hiểu biết, hình thành các tập hợp tập quen, tập quen ẩn và bản đồ nhận thức.
6. Các mô hình đạt được kỹ năng ban đầu xem kỹ năng như liên kết kích thích – phản ứng hay xử lý thông tin. Những mô hình gần đây xem kỹ năng phức tạp như các hệ thống thứ bậc sơ đồ vận động. Nghiên cứu sự đạt được kỹ năng nhấn mạnh kết quả của các loại thực hành, nhu cầu hiểu biết kết quả, tìm hiểu sự trao đổi tốc độ – chính xác và quá trình tự động hóa.
7. Bruner và Fischer cho rằng phát triển nhận thức diễn ra qua sự đạt được kỹ

năng. Bruner nhấn mạnh vai trò chủ ý, tự động hóa, module hóa trong phát triển kỹ năng nhận thức. Fischer nhấn mạnh tổ chức đạt được kỹ năng theo hệ thống thứ bậc.

8. Sự phát triển nhận thức đối chúng liên quan đến cách trẻ phát triển hiểu biết cấp cao các quá trình nhận thức của mình và cách trẻ sử dụng chúng.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Cơ chế chính của tập quen xã hội là cơ chế gì?

2. Yếu tố nào ảnh hưởng đến động cơ thúc đẩy thành tựu ở trẻ?

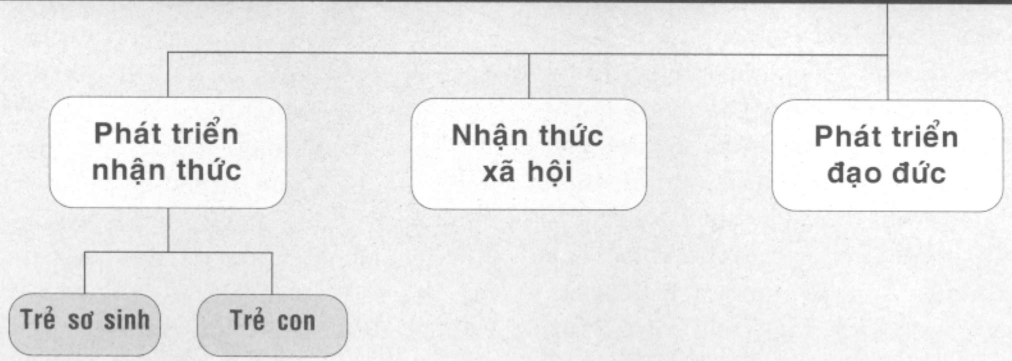
3. Hãy phác họa thuyết phát triển kỹ năng của Fischer.

Câu hỏi thảo luận

1. Có phải củng cố là lời giải thích thích hợp đối với tập quen ở người hay không?
2. Hãy thảo luận mối quan hệ giữa ảnh hưởng di truyền và cơ chế tập quen.
3. Các quá trình chính liên quan đến sự đạt được kỹ năng ở người là quá trình gì?

chương 19

Phát triển nhận thức và nhận thức xã hội



Đối tượng nghiên cứu

19.1. Phản xạ ở trẻ sơ sinh

a. Nhận dạng phản xạ thông thường ở trẻ sơ sinh

b. Phân biệt giữa các lý thuyết phản xạ ở trẻ sơ sinh

c. Liên kết phản xạ ở trẻ sơ sinh với sự phát triển gần đây

19.2. Lý thuyết nhận thức ở trẻ sơ sinh

a. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết nhận thức ở trẻ sơ sinh

b. Phác họa 4 lý thuyết nhận thức ở trẻ sơ sinh chính

c. Mô tả nghiên cứu nhận thức ở trẻ sơ sinh

19.3. Piaget

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến thuyết Piaget

b. Mô tả nghiên cứu nhận thức cơ bản của Piaget

c. Giải thích các quá trình cơ bản của thuyết Piaget

19.4. Đánh giá lại Piaget

a. Mô tả nghiên cứu đánh giá lại quan điểm của Piaget

b. Đánh giá tiếp cận phát triển nhận thức của Piaget

c. Phác họa những lý thuyết thay thế lý thuyết Piaget

19.5. Lý thuyết suy nghĩ ở trẻ

a. Phác họa đặc điểm tương tác xã hội trong gia đình

b. Mô tả nghiên cứu lý thuyết suy nghĩ ở trẻ

c. Phác họa thay đổi trong nhận thức xã hội liên quan độ tuổi

19.6. Tính tự kỷ

a. Liệt kê đặc điểm tính tự kỷ thời thơ ấu

b. Phân biệt giữa hành vi biểu hiện ở trẻ bình thường và trẻ tự kỷ

c. Liên kết sự vắng mặt của thuyết suy nghĩ với hành vi tự kỷ

19.7. Phát triển đạo đức

a. Phác họa cách nhận thức tình bạn ở trẻ

b. Liệt kê các giai đoạn phát triển đạo đức

c. Mô tả nghiên cứu phát triển nhận thức xã hội

19.8. Thuyết phát triển của Vygotsky

a. Phác họa thuyết phát triển của Vygotsky

b. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến thuyết của Vygotsky

c. Áp dụng khái niệm vùng phát triển gần tâm vào minh họa thế giới thực

Trong chương này, chúng ta nghiên cứu sự phát triển nhận thức về thế giới của trẻ. Chúng ta bắt đầu bằng khảo sát nhận thức ở trẻ, và các nhà tâm lý học nghiên cứu phát triển nhận thức ở trẻ sơ sinh như thế nào. Sau đó chúng ta khảo sát tiếp cận của Piaget trong phát triển nhận thức, cái có nhiều ảnh hưởng trong tâm lý học phát triển trong nhiều thập niên. Chúng ta cũng nghiên cứu một số đánh giá lại sự tiếp cận của Piaget trong thời gian gần đây, một số nghiên cứu sự phát triển nhận thức xã hội ở trẻ và thuyết suy nghĩ, cũng như sự phát triển đạo đức ở trẻ. Sau cùng, chúng ta nghiên cứu cách tiếp cận của Vygotsky về sự phát triển ở trẻ, giúp chúng ta hiểu được nhiều chứng cứ nghiên cứu khác nhau ra sao.

NHẬN THỨC Ở TRẺ

Trẻ suy nghĩ ra sao? Bất kỳ ai quan sát một đứa trẻ đang vỗ về hay chạm tay vào một món đồ chơi đều phải tự hỏi điều gì diễn ra phía sau những đôi mắt chăm chú ấy. Chúng ta biết rằng thời kỳ thơ ấu là giai đoạn tập quen nhưng tập quen điều gì thì chưa ai rõ. Trong phần này, chúng ta bắt đầu khảo sát một số nghiên cứu phản xạ ở trẻ sơ sinh sau đó khảo sát nghiên cứu sự phát triển nhận thức và khả năng ở trẻ sơ sinh, trước khi tìm hiểu 4 lý thuyết chính được đề xuất như mô hình giải thích điều gì đang diễn ra trong sự phát triển nhận thức ở trẻ.

PHẢN XẠ Ở TRẺ

Theo truyền thống, nghiên cứu bào thai trước khi sinh hoàn toàn tập trung vào sự phát triển cơ thể, dựa trên giả định cho rằng không có sự phát triển tâm lý học bất kỳ nào cho đến khi trẻ tiếp xúc với thế giới bên ngoài – cho đến khi trẻ ra đời. Nhưng các nhà nghiên cứu gần đây bắt đầu tìm hiểu cử động của bào thai trong tử cung. Như bất kỳ mong đợi nào của bà mẹ sẽ cho bạn biết, bào thai trong tử cung có một số cử động, kể cả xoay người và dùng chân đạp. Ianniruberto (1985) cho rằng những cử động này tạo kích thích quan trọng đối với bào thai, giúp đảm bảo hệ thần kinh phát triển các loại liên kết phù hợp.

Một số hoạt động này của bào thai cung cấp nền tảng hữu ích đối với hoạt động sau này, sau khi sinh. Chẳng hạn, Dawes (1973) vẽ sơ đồ hiện tượng **bào thai thở,** trong đó bào thai trong tử cung tạo ra những cử động ngực, bụng theo nhịp, giống với hoạt động thở sau này mà trẻ thể hiện sau khi sinh. Hành vi này bắt đầu khoảng 10 tuần sau khi thụ thai, người ta cho rằng có thể đây là điều quan trọng để phát triển mô phổi và cơ liên sườn.

Người ta cũng nhận thấy bào thai có khả năng phản ứng trước kích thích. Những phản ứng đầu tiên mang hình thức phản ứng chạm nhẹ quanh vùng mũi và môi. Hooker (1952) chứng minh khi phản ứng đối với kích thích như thế, bào thai sẽ nhô đầu. Một nghiên cứu khác của Humphrey (1969) chứng minh khi bào thai phát triển, phản ứng này ngày càng phức tạp cho đến khi sau cùng bao gồm động tác duỗi tay và xoay hông ở trẻ. Điều này cho thấy hệ thần kinh của bào thai được sắp xếp và phối hợp ngày càng tốt hơn.

Lý thuyết phản xạ ở trẻ

Trẻ sơ sinh sinh ra với một số các phản xạ. Kiểm tra phản xạ là một trong những hình thức đánh giá chính trẻ sơ sinh ở các bệnh viện Anh và Mỹ. Nếu dải phản xạ thông thường ở trẻ có đủ thì người ta đánh giá hệ thần kinh của trẻ có thể hoạt động chức năng bình thường. Những phản xạ này bao gồm động tác giống như **phản xạ bước,** qua đó nếu trẻ sơ sinh được ẵm nách, và khều nhẹ vào lòng bàn chân của trẻ, thì trẻ có vẻ như muốn bước đi. Tương tự, cũng có **phản xạ Moro** qua đó trẻ duỗi rộng tay, sau đó đột nhiên thu hai tay về, trong phản ứng khi đầu đột nhiên ngã ra. Sau khi sinh vài ngày những phản xạ này biến mất.

Giải thích thông thường đối với phản ứng ở trẻ về phản xạ này là dấu báo hiệu hoạt động sau này. Chẳng hạn, phản xạ bước được nghĩ là dấu báo hiệu của hành vi bước đi sau này. Khi trẻ phối hợp nhiều hơn thì phản xạ không cần thiết vì thế chúng biến mất do không sử dụng. Có một số nghiên cứu cho thấy phản xạ ở trẻ có thể duy trì qua thực hành, Zelazo (1976) cho trẻ thường xuyên thực hành phản xạ bước, và cho thấy có thể kéo dài giai đoạn này.

Nhưng một giải thích khác đối với phản xạ ở trẻ hoàn toàn là những tàn dư từ hoạt động trước khi sinh. Chẳng hạn, Prechtl (1984) cho rằng phản xạ bước là hành vi giúp bào thai cử động trong tử cung, và cử động từ trái sang phải xen kẽ này với bàn chân là cách để bào thai cử động vòng quanh. Vì thế quan sát cách trẻ sơ sinh hành xử và phản ứng trước kích thích trong tử cung, và những đề xuất cho rằng điều này có thể giúp cho sự phát triển hệ thần kinh của bào thai phản ứng với hành động, cung cấp cho chúng ta nhiều manh mối quan trọng về chức năng phản xạ ở trẻ sơ sinh.

Hai lý thuyết phản xạ ở trẻ sơ sinh này không nhất thiết loại trừ nhau. Chẳng hạn có thể sự phối hợp mà trẻ phát triển như sự thích nghi với tử cung cũng liên kết với sự phát triển bước đi trong đời sống sau này. Có lẽ hoạt động của tử cung hình thành mẫu phối hợp từ trái sang phải cơ bản mà sau này trẻ sẽ áp dụng. Có thể cử động của bào thai cung cấp nền tảng và sự phối hợp thần kinh cho sự phát triển sau này.

Phản xạ ở trẻ sơ sinh và sự phát triển tâm lý học

Thoạt nhìn, có vẻ phản xạ ở trẻ không liên quan nhiều đến sự phát triển tâm lý. Tuy nhiên, có nhiều nghiên cứu đáng kể chứng minh hoạt động quan trọng có thể phát triển sau này. Trong một nghiên cứu nổi tiếng của Held và Hein (1963) nhiều mèo con được kích thích thị giác nhưng không được di chuyển, sử dụng thiết bị "trò kéo quân mèo", không phát triển nhận thức thích hợp. Nhưng số mèo "kiểm soát", được cho phép di chuyển và tác động đến môi trường của chúng lại phát triển nhận thức thích hợp. Cũng có thể rằng những hoạt động trước khi sinh này giúp ấn định một số loại khuôn khổ đối với sự phát triển nhận thức về sau.

Thuyết phát triển nhận thức của Piaget, mà chúng ta xét đến trong cuối chương này, cũng cho rằng trẻ có khả năng tác động đến môi trường của mình. Những hành động này cung cấp cho trẻ dữ liệu làm nền tảng sắp xếp nhận thức. Vì thế khả năng tác động đến môi trường và phản ứng đối với kích thích, hóa ra là những dấu hiệu quan trọng báo trước sự phát triển nhận thức ở trẻ.

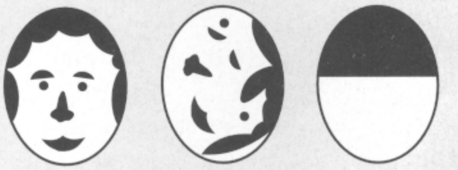
PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Khía cạnh tìm hiểu sự phát triển nhận thức khác ở trẻ liên quan đến sự phát triển nhận thức. Một số lý thuyết gia nhận thức (chẳng hạn Neisser, 1976) cho rằng nhận biết hình thành cơ sở của mọi nhận thức. Đây chắc chắn là cách trong đó chúng ta tiếp nhận thông tin là nguyên liệu chính của nhận thức, vì thế có khả năng biết được thế giới quanh mình có vẻ là một yêu cầu cơ bản đối với hoạt động nhận thức khác. Điều này có nghĩa sự phát triển nhận thức ở trẻ được các nhà tâm lý học rất quan tâm.

Nhận biết mẫu

Như chúng ta đã biết trong Chương 2, một trong những đặc điểm chính trong loại nhận thức của chúng ta là cách chúng ta nhận biết mẫu và hình trên hình nền. Năm 1961, Fantz chứng minh ngay cả một trẻ sơ sinh cũng thích nhìn các mẫu phức

Hình 19.1 Hình dạng khuôn mặt của Fantz



tạp hơn là đơn giản. Nói chung, Fantz cho thấy trẻ sơ sinh thích nhìn các mẫu giống với khuôn mặt người (xem Hình 19.1). Fantz cho rằng điều này ngụ ý một thiên hướng hòa đồng bẩm sinh ở trẻ.

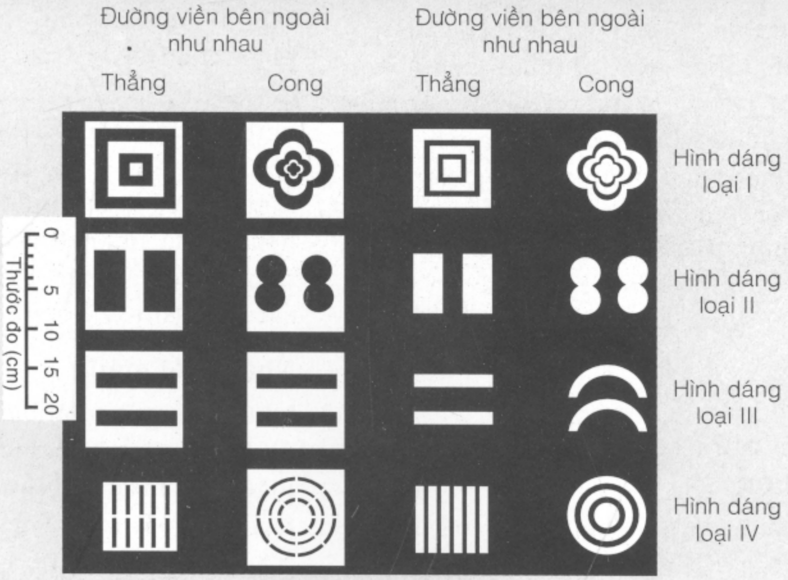
Tuy nhiên, nghiên cứu bị chỉ trích vì có những khác biệt quan trọng giữa kích thích mà trẻ ưa thích hơn với những kích thích trẻ không ưa thích. Vì một lẽ, hình vẽ giống khuôn mặt đều cân đối trong khi khuôn mặt vẽ nguệch ngoạc thì không. Khi Fantz và Miranda (1975) nghiên cứu các mẫu khác nhau mà trẻ ưa thích, họ nhận thấy trẻ nhìn các mẫu có đường cong lâu hơn, nhất là những đường cong có cạnh ngoài tròn, bao lấy hình vẽ. Khi trẻ được cho xem cũng những hình tương tự nhưng đặt trong sự bao quanh tiêu chuẩn, thì không có sự khác biệt giữa hình vẽ có các đường cong hay đường thẳng (xem Hình 19.2).

Trong khi vẫn chưa rõ liệu trẻ thực ra có thích hình dạng giống gương mặt hơn các hình dạng khác hay không, thì có vẻ có nhiều chứng cứ cho thấy trẻ thích kích thích phức tạp hơn là kích thích đơn giản. Sự ưa thích hơn này cũng phát triển khi trẻ càng lớn tuổi. Brennan, Ames và Moore (1966) cho trẻ xem các mẫu ô cờ, có các ô vuông 2 × 2,8 × 8 hay 24 × 24. Họ nhận thấy ở trẻ một tháng tuổi, thường thích kích thích 2 × 2 hơn, ở trẻ 2 tháng tuổi thích 8 × 8 hơn trong khi trẻ 3 tháng tuổi thích kích thích 24 × 24 hơn. Nói cách khác, trẻ ngày càng thích kích thích phức tạp khi trẻ lớn tuổi.

Chức năng nhận biết mẫu

Vì thế nếu trẻ thích kích thích phức tạp hơn là kích thích đơn giản, và sự ưa thích này gia tăng khi lớn tuổi thì điều này phục vụ cho chức năng hoạt động nào? Banks và Ginsberg (1985) cho rằng chính sự ưa thích các mẫu đã khuyến khích trẻ tìm kiếm đặc điểm môi trường, và chính

Hình 19.2 Các mẫu kích thích nhận thức ở trẻ



sự nhận biết đặc điểm môi trường sẽ giúp trẻ phát triển hệ thống thị giác. Banks và Ginsberg cho rằng mặc dù "dây dẫn" cơ bản trong hệ thần kinh ở trẻ hoàn chỉnh lúc mới sinh, bất kỳ sự trau chuốt tùy vào loại kích thích trẻ nhận được. Vì thế ưa thích các mẫu phức tạp hơn sẽ khuyến khích trẻ "chỉnh lại" hệ thống thị giác của mình theo yêu cầu của môi trường.

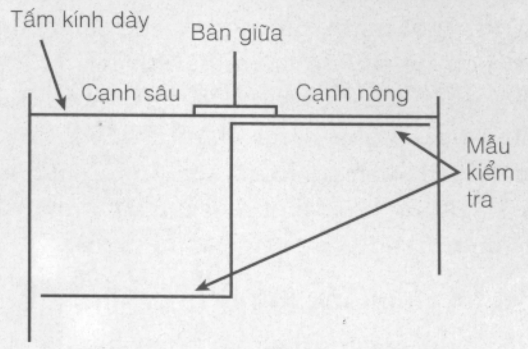
Quan điểm này có vẻ như được chứng cứ sinh lý ủng hộ. Blakemore và Cooper (1970) chứng minh rằng mèo con được nuôi trong "thế giới theo chiều dọc" – một môi trường trong đó mèo không nhận thức gì ngoài các đường thẳng đứng – phát triển hệ thống thị giác thích hợp trong việc giải quyết các đường thẳng đứng hơn là số mèo nuôi trong môi trường bình thường. Điều này cho thấy loại kích thích nhận thức chúng ta nhận được ảnh hưởng đến sự phát triển hệ thần kinh. Báo cáo nghiên cứu sau này, Blakemore (1984) cho thấy mèo con được nuôi theo cách này có sự điều chỉnh các tế bào thần kinh trong hệ thị giác, đến mức tế bào phản ứng đối với các đường thẳng đứng nhiều hơn mèo bình thường (xem Chương 12).

Nhận biết chiều sâu

Một trong những nghiên cứu nổi tiếng nhất về nhận biết chiều sâu ở trẻ do Gibson và Walk tiến hành năm 1960. Gibson và Walk phát triển một loại thiết bị gọi là **vách thị giác** (xem Hình 19.3). Đây là một sàn đặt trẻ sơ sinh lên, cạnh này có vẻ thấp hơn cạnh kia nhiều. Toàn bộ sàn phủ một tấm kính dày. Mặc dù sàn an toàn, Gibson và Walk chứng minh rằng trẻ ở độ tuổi biết bò tỏ ra rất do dự khi phải bò trên cạnh sâu của vách thị giác trong khi rất thích bò đến cạnh nông. Họ kết luận nhận biết chiều sâu ở trẻ mang tính bẩm sinh.

Nhưng khi nghiên cứu trẻ chỉ mới 6 tháng tuổi, mới biết bò, không chắc đây có phải là kết luận giá trị hay không ít nhất đối với con người. Trẻ dễ biết được chiều sâu qua kinh nghiệm hơn là thừa hưởng khả năng nhận biết chiều sâu ấy. Mèo con mới mở mắt, vịt con và các động vật **có thể sống độc lập sau khi sinh** không chịu bò vào cạnh sâu ngay sau khi mới sinh, điều này cho thấy chúng cũng có nhận biết chiều sâu bẩm sinh. Nhưng trẻ không phải là động vật như thế, vì thế không có lý do nào cho rằng cơ chế phát triển tương tự xảy ra trong hệ thị giác ở trẻ. Thời gian sống lệ thuộc nhiều hơn giúp cho trẻ có nhiều thời gian để tìm hiểu nhận biết chiều sâu dần dần.

Hình 19.3 Vách thị giác



Campos, Langer và Krowitz (1970) đo nhịp tim ở trẻ khi đặt trẻ vào vách thị giác. Chứng cứ đáng ngạc nhiên của họ khi đặt trẻ 2 tháng tuổi vào vách thị giác có nhịp tim *giảm*. Nếu trẻ hoảng hốt người ta nghĩ nhịp tim phải tăng, nhưng nhịp tim giảm thường đi kèm với sự thích thú, quan tâm hơn là sợ hãi. Vì thế điều này ngụ ý rằng trẻ có thể nhìn thấy điều gì đó làm nó hứng thú chứ không hề hoảng sợ.

Trong một nghiên cứu khác, Schwartz, Campos và Baisel (1973) so sánh trẻ 5 và 9 tháng tuổi trong vách thị giác, cũng đo nhịp tim. Họ nhận thấy trẻ 5 tháng tuổi có nhịp tim giảm, cho thấy chúng thích thú trong khi trẻ 9 tháng có nhịp tim tăng cho thấy chúng sợ (hay ít nhất thận trọng). Họ cho rằng sự sợ chiều sâu xảy ra ở một thời điểm khi trẻ có khả năng di chuyển độc lập. Một khi trẻ có thể bò quanh một mình, thì có lẽ cơ chế sống còn tốt nếu trẻ sau đó tỏ ra thận trọng. Trước thời điểm này, Schwartz *và người khác*, cho rằng trẻ có khả năng nhận thức sự khác biệt, kích thích sự quan tâm, nhưng không hiểu những khác biệt ấy thực sự có nghĩa gì dưới dạng khả năng có thể ngã.

Với tới và phòng thủ

Các nghiên cứu khác về nhận biết chiều sâu ở trẻ khảo sát cách trẻ với lấy đồ vật. Bower (1972) cho trẻ xem hai đồ vật khác nhau: một đồ vật ngoài tầm với, đồ vật kia xa gấp hai nhưng cũng lớn gấp hai (vì thế **hình ảnh võng mạc** có kích thước như nhau). Bower nhận thấy trẻ với tới đồ vật gần so với đồ vật xa gấp hai lần, cho thấy có một số thành phần bẩm sinh trong nhận biết chiều sâu ở trẻ. Thật không may, các nhà nghiên cứu khác nhận thấy khó tái tạo nghiên cứu này ở trẻ ít tháng tuổi. Nhưng Bower cho rằng trong những nghiên cứu khác, trẻ ít tháng tuổi không được giúp đỡ bằng cách hai cánh tay được tự do để di chuyển thích hợp như thế.

Nghiên cứu của Field (1976) so sánh trẻ 2 và 5 tháng tuổi. Người ta đặt nhiều đồ vật ở khoảng cách khác nhau – một số trong tầm với, một số ngoài tầm với và một số đặt rất xa. Đồ vật cũng có kích thước khác nhau, được bày trí cẩn thận sao cho mỗi đồ vật tạo ra hình ảnh võng mạc kích thước như nhau. Họ phát hiện ra rằng trẻ hai tháng tuổi với tay bừa không phân biệt, bất kể đồ vật nằm xa hay gần, nhưng trẻ 5 tháng tuổi thường với lấy đồ vật nào gần hơn, ngụ ý rằng kinh nghiệm bổ sung đã giúp trẻ có nhận biết chiều sâu tinh tế hơn.

Loạt nghiên cứu thứ 3 khảo sát nhận biết chiều sâu ở trẻ bằng cách để ý xem trẻ tự bảo vệ mình chống lại đồ vật đang có vẻ như thể muốn đụng trẻ. Bower, Broughton và Moore (1970) trắc nghiệm trẻ chưa đầy 2 tuần tuổi, cho thấy nếu trẻ gặp phải một đồ vật đang đến gần như thế, trẻ sẽ giơ tay, ngẩng đầu như thể đang tự mình bảo vệ chống lại đồ vật. Số trẻ trong nghiên cứu cũng có vẻ có khả năng phân biệt giữa đồ vật nhỏ nằm rất gần trẻ với những đồ vật khác lớn hơn nhưng nằm xa hơn và có hình ảnh võng mạc kích thước như nhau.

Ball và Tronick (1971) tái tạo những chứng cứ này, và cũng cho thấy trẻ không có hành động bảo vệ nếu vật đang đến gần nằm trong quỹ đạo rất có thể không đụng phải trẻ. Nhận xét này ngụ ý trẻ có hình thức nhận biết chiều sâu rất tinh vi. Một số nhà nghiên cứu chỉ trích những nghiên cứu này với lý do vì phản ứng mà trẻ đưa ra rất nhỏ, có nhiều chỗ hiểu lầm – cử động không đáng kể của cánh tay hay đầu được hiểu là mang tính phòng thủ trong khi thực tế cử động này hoàn toàn ngẫu nhiên. Như bạn có thể thấy, vấn đề gây nhiều tranh luận, cuộc tranh luận liệu trẻ có hay không có nhận biết chiều sâu vẫn đang tiếp diễn.

Nhận thức chiều sâu ở trẻ sơ sinh

Bremner (1988) cho rằng khả năng có một số loại phản ứng chiều sâu ở trẻ sơ sinh, tồn tại một vài tuần đầu nhưng sau đó biến mất, giống như sự biến mất phản xạ ở trẻ. Bremner cho rằng một lý do giải thích điều này liên quan đến việc "điều chỉnh" sự liên kết trong vỏ não. Phần lớn hành vi ở trẻ sơ sinh, theo người ta nghĩ, được một phần não nguyên thủy gọi là **não giữa** (xem Chương 10) kiểm soát. Khi trẻ lớn hơn, cấu trúc vỏ não tinh vi hơn ngày càng trở nên quan trọng trong việc kiểm soát hành vi. Bremner cho rằng sự thay đổi này giải thích một số hành vi xuất hiện như phản xạ ở trẻ trong những giai đoạn rất sớm của cuộc sống nhưng sau đó biến mất và xuất hiện trở lại như những kỹ năng tập quen sau này.

Giải thích này chắc chắn giúp chúng ta hiểu được chứng cứ mâu thuẫn dường như nổi bật từ nghiên cứu trong lĩnh vực này. Trong chương vừa rồi, chúng ta nghiên cứu sự phát triển kỹ năng, và những khả năng mới được các bộ phận khác nhau của não kiểm soát ra sao, khi chúng ta thực hành hay thông thạo những kỹ năng ấy. Mặc dù điều này có lẽ không xảy ra giống hệt như ở trẻ hay ở người lớn, có vẻ sự kiểm soát các loại cử động khác nhau thay đổi từ một bộ phận não này đến một bộ phận não khác, vì thế không phải là không nhận biết được một quá trình tương tự xảy ra trong giai đoạn phát triển ban đầu.

Nhận biết đồ vật

Năm 1961, như một phần trong nghiên cứu sự ưa thích thị giác ở trẻ, Fantz cho trẻ xem một hình cầu thực và một ảnh chụp dĩa có cùng kích thước, và nhận thấy trẻ thích nhìn đồ vật 3 chiều hơn là hình ảnh 2 chiều. Điều này không thể xem là chứng cứ rõ ràng rằng trẻ có thể nhận biết đồ vật, tuy nhiên, vì Fantz không kiểm soát được sự khác nhau về bóng và bố cục. Năm 1984, Slater, Rose và Morison tái tạo nghiên cứu này, nhưng lần này kiểm soát 2 yếu tố này. Họ nhận thấy trẻ sơ sinh vẫn thích nhìn đồ vật cụ thể hơn là hình ảnh 2 chiều, cho thấy trẻ có một số loại nhận biết đồ vật bẩm sinh.

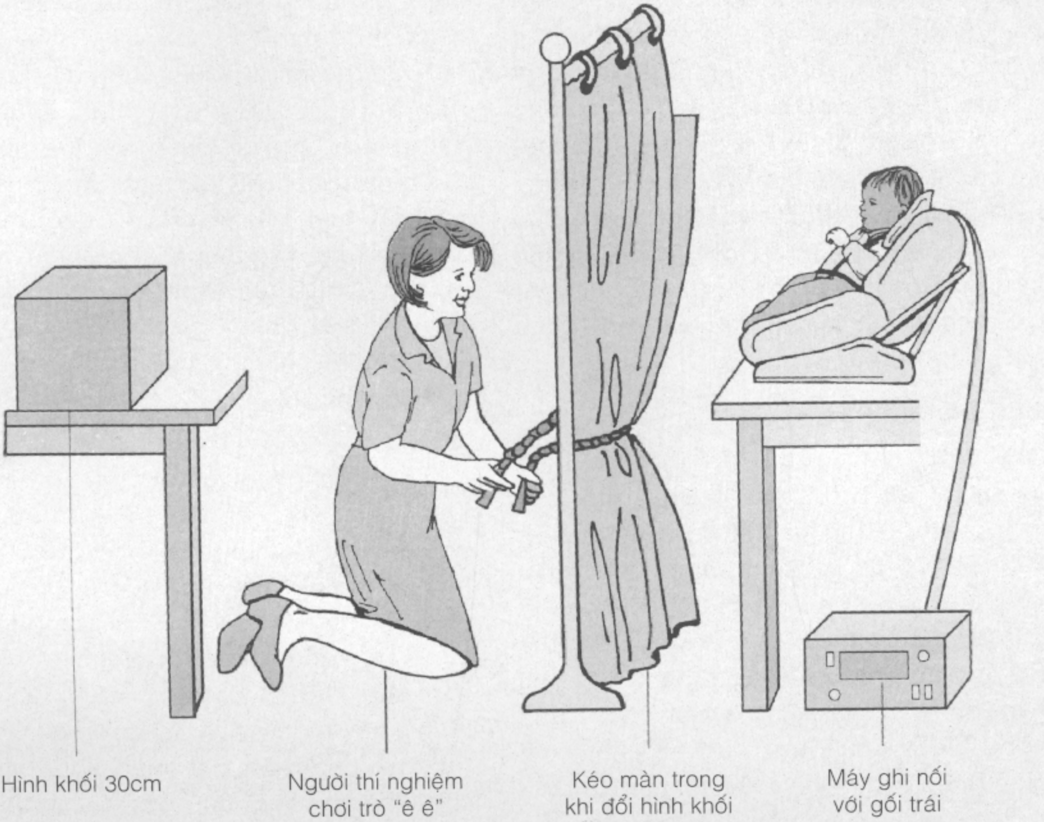
Những chứng cứ này từ Slater *và người khác* ủng hộ nghiên cứu trước đây của Bower (1966). Bower nghiên cứu liệu trẻ có nhận biết đồ vật hay không bằng cách trắc nghiệm tính nhất quán hình dáng và kích thước. Tính nhất quán hình dáng là khả năng nhận biết đồ vật như nhau cho dù nhìn ở các góc độ khác nhau, trong khi tính nhất quán kích thước liên quan đến kích thước hình ảnh võng mạc. Một vật ở xa có hình ảnh võng mạc nhỏ hơn đồ vật tương tự nhưng ở gần, nhưng vì chúng ta có tính nhất quán kích thước nên chấp nhận sự khác nhau ấy và không cho rằng chính đồ vật ấy là nhỏ hơn.

Bower cho rằng nếu trẻ có tính nhất quán kích thước và hình dáng thì điều này ngụ ý rằng trẻ có khả năng nhận biết đồ vật bẩm sinh. Ông trắc nghiệm trẻ bằng kỹ thuật biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm. Trẻ chưa đến 2 tuần tuổi được biến đổi điều kiện để quay đầu mỗi khi nhìn thấy một hình khối 30cm bằng cách cho trẻ phần thưởng nếu làm được như thế. Đặt trẻ ngồi vào một chiếc ghế đặc biệt, hai bên đầu có gối đệm, có thể phát hiện những thay đổi rất nhỏ về áp lực. Trong quá trình rèn luyện, nếu trẻ quay đầu khi nhìn thấy hình khối, người thí nghiệm bò ra khỏi tầm mắt trẻ, quỳ gối, và chơi trò "ê ê", trẻ thích thú thấy rõ (Hình 19.4).

Khi trẻ học cách phản ứng với hình khối 30cm, Bower cho trẻ xem các hình khối khác có kích thước khác nhau. Những hình khối này được cho xem ở các khoảng cách có nghĩa là chúng tạo ra hình ảnh võng mạc kích thước như nhau – chẳng hạn như hình khối 30cm cách xa 1m và hình khối 60cm cách xa 2m. Bower nhận thấy trẻ phản ứng với hình khối ban đầu chứ không phản ứng với các hình khối khác. Trẻ cũng phản ứng với hình khối ban đầu được nhìn từ các góc khác nhau.

Các nhà nghiên cứu khác nghiên cứu nhận biết chiều sâu ở trẻ, sử dụng **sự quen thuộc** – nếu đồ vật được cho xem liên tục, một lúc sau trẻ sẽ không nhìn đồ vật ấy nữa. McKenzie và Day (1976) nhận thấy nếu trẻ quen với đồ vật thì sau khi được cho xem đồ vật tương tự ở một khoảng cách khác, trẻ không còn quen thuộc nữa, chăm chú nhìn đồ vật trở lại, ngụ ý rằng trẻ biết được sự khác nhau giữa hai khoảng cách. Nhưng McKenzie và Day cũng nhận thấy trẻ phản ứng theo cách tương tự cho dù có đưa ra đồ vật như nhau hay không hay một đồ vật lớn hơn tạo ra hình ảnh võng mạc kích thước như nhau. Nói cách khác, họ không tìm thấy chứng cứ tính nhất quán kích thước nhưng họ nhận thấy đồ vật ở các khoảng cách khác nhau thường tạo ra nhiều chú ý tự phát ở trẻ. Tuy nhiên, trong một

Hình 19.4 Nghiên cứu nhận thức ở trẻ


Hình khối 30cm
Người thí nghiệm chơi trò "ê ê"
Kéo màn trong khi đổi hình khối
Máy ghi nối với gối trái

nghiên cứu sau này, Day và McKenzie (1981) báo cáo rằng có một số chứng cứ không chắc chắn về tính nhất quán kích thước ở trẻ 4 tháng tuổi mặc dù điều này không sớm như Bower đã đề xuất.

Khả năng nhận biết của trẻ càng tinh vi hơn về nhận biết chiều sâu và tính nhất quán một lần nữa cho thấy môi trường có thể "điều chỉnh" khả năng bẩm sinh khi trẻ sinh ra đã có. Dựa vào tính linh động ở hành vi của trẻ, và khả năng của con người thích nghi với một dải rộng môi trường, không chắc khả năng bất kỳ ở trẻ hoàn toàn mang tính bẩm sinh. Đúng ra, có vẻ có những chứng cứ hợp lý đối với một số loại khả năng và năng lực đã hiện hữu lúc mới sinh nhưng sau đó do kinh nghiệm của trẻ tác động và trau chuốt.

MÔ HÌNH NHẬN THỨC Ở TRẺ

Các nhà nghiên cứu nhận thức ở trẻ phát triển nhiều mô hình khác nhau trong nỗ lực minh họa và giải thích điều gì đang diễn ra khi trẻ tìm hiểu thế giới của mình. Harris (1983) tóm tắt 4 tiếp cận lý thuyết được đề xuất để tìm hiểu ý nghĩa từ dữ liệu về nhận thức ở trẻ: tiếp cận do Piaget, Kagan, Gibson và Bruner phát triển. Chúng ta khảo sát lần lượt từng tiếp cận này.

Nhận thức ở trẻ như sự hoạt động trong môi trường

Theo Piaget (1952), trẻ có được hiểu biết về thế giới bằng cách tiến hành **hoạt động** – bằng cách tác động đến thế giới. Sử dụng kết quả của những hành động này, trẻ dần dần phát triển mô tả thế giới bên trong, ngày càng tinh vi hơn, được sử dụng để định hướng hoạt động của trẻ. Trong thời thơ ấu, quá trình hình thành sơ đồ khởi đầu bằng hoạt động vận động, trên cơ sở những gì mà Piaget gọi là **phản ứng vòng.** Một phản ứng vòng là một hành động có tổ chức dẫn đến kích thích sau đó lại gợi ra hành động ấy. Vì thế, chẳng hạn, việc bú tạo ra cảm giác ở miệng trẻ sau đó dẫn đến việc bú nhiều hơn.

Khi kinh nghiệm của trẻ phát triển, phản ứng vòng ngày càng được phân biệt với phản ứng khác, tùy vào hoạt động mà trẻ thực hiện đối với môi trường. Chẳng hạn, khi trẻ nắm bắt một vật gì đó như bút chì chẳng hạn, phản ứng vòng nắm bắt của trẻ khác với phản ứng vòng khi nắm bắt một vật giống như quả banh. Phản ứng vòng cũng có thể tích hợp với phản ứng khác, chẳng hạn khi trẻ có hai hành động với lấy một vật thể và nắm bắt nó được phối hợp thành một chuỗi. Những phối hợp và phân biệt này sau cùng tạo ra mô tả bên trong gọi là **sơ đồ**, đến lượt sơ đồ có khả năng định hướng hoạt động của trẻ trong môi trường.

Quá trình **mô phỏng** theo Piaget hoạt động theo cách giống với phản ứng vòng, mô phỏng ban đầu chỉ là sự lặp lại đơn giản nhưng sau đó dần dần phân biệt ngày càng nhiều hơn và được tích hợp vào trong hiểu biết thế giới của trẻ. Sau cùng, điều này mang lại những khả năng chẳng hạn như **mô phỏng trì hoãn** cũng tùy thuộc vào khả năng hình thành mô tả suy nghĩ về thế giới của trẻ.

Sự phát triển khả năng mô tả suy nghĩ cũng giúp trẻ hiểu được cách cấu tạo của thế giới vật lý. Hiểu biết này lại tạo ra những đặc điểm phân biệt trong nhận thức của trẻ mà Piaget nhận dạng là cột mốc trong phát triển nhận thức chẳng hạn như phát triển khái niệm đồ vật và giảm bớt thái độ tự cho mình là trung tâm. Chúng ta sẽ nghiên cứu thuyết phát triển nhận thức của Piaget chi tiết hơn vào cuối chương này.

Nhận thức ở trẻ như sự chú ý phân bố

Kagan (1970) cho rằng điều quan trọng trong nhận thức ở trẻ là cách trẻ chú ý đến sự vật. Kagan cho rằng trong những tháng đầu đời, chú ý ở trẻ phần lớn tập trung vào các khía cạnh cụ thể của một kích thích: thay đổi, di chuyển, ranh giới và bố cục. Một số chứng cứ từ nghiên cứu khả năng nhận thức ở trẻ mà chúng ta vừa khảo sát ở phần trên có thể dùng để ủng hộ quan điểm này. Kagan cho rằng về sau này, kinh nghiệm tích lũy bắt đầu dẫn đến **mô tả bên trong.** Trẻ hình thành sơ đồ – mô tả đến lượt định hướng chú ý của trẻ, khuyến khích trẻ chú ý đến các sự việc khác.

Một khi sơ đồ ban đầu được hình thành, chú ý của trẻ tập trung vào các đặc điểm của môi trường cụ thể khác biệt không nhiều so với sơ đồ mà trẻ từng sở hữu – nhưng không khác biệt nhiều quá. Điều này gọi là **giả thuyết không nhất quán.** Kagan cho rằng ở 8 tháng tuổi, có sự thay đổi khác. Vào lúc này trẻ bắt đầu so sánh đầu vào hiện tại với mô tả tích lũy của trẻ, trái với việc chỉ lưu ý các sự vật khác nhau. Trẻ cố tìm hiểu tính chất khác nhau, là lý do tại sao đôi lúc trẻ có vẻ như thể không còn chú ý nhiều đến môi trường bên ngoài nữa. Có thể nếu chấp nhận giải thích của Kagan hiểu điều này như là khởi đầu **nhận thức đối chứng** mà chúng ta đã xét trong Chương 18.

Thuyết của Kagan khác với thuyết của Piaget, mặc dù cả hai nhấn mạnh tầm quan trọng của mô tả bên trong trong phát triển nhận thức. Tuy nhiên, Piaget chủ yếu quan tâm đến việc trẻ sử dụng mô tả để thay đổi thế giới của mình ra sao – tiến hành hành động – trong khi Kagan quan tâm đến việc mô tả bên trong về thế giới của trẻ dẫn đến kết quả trẻ phân bố sự chú ý của mình cho các đối tượng hay con người xung quanh như thế nào. Như bạn nhìn thấy, đây có thể được xem là sự khác nhau trong chú ý hơn là mâu thuẫn giữa 2 lý thuyết.

Nhận thức ở trẻ như sự điều chỉnh cơ chế thích nghi trước

Như chúng ta đã biết trong Chương 2, J.J. Gibson (1979) cho rằng lý thuyết nhận thức suy luận bao gồm những giải thích phức tạp không cần thiết vì đã có đủ thông tin trong thế giới thị giác để chúng ta nhận biết sự vật trực tiếp. Theo mô hình nhận thức sinh thái học của Gibson, chúng ta sử dụng thông tin về bố cục và di chuyển trực tiếp, để nhận thức tính chất của thế giới cụ thể không phải suy đoán nó hay hình thành giả thuyết. Gibson cũng áp dụng lý thuyết này vào sự phát triển nhận thức ở trẻ. Theo mô hình của Gibson, vai trò kinh nghiệm ở trẻ là giúp cho trẻ "điều chỉnh" sự phân biệt nhận thức của mình và phát triển hiểu biết ngày càng chính xác các đặc điểm của thế giới cụ thể – không phải như Piaget lẫn Kagan lập luận, để phát triển cấu trúc nhận thức ngày càng phức tạp sau cùng gợi ra trong nhận thức.

E.J. Gibson (1969) cũng cho rằng trẻ đang tìm kiếm thông tin về kích thích quanh mình theo cách trực tiếp, có hệ thống. Thông tin kích thích giúp trẻ thu thập thông tin về thế giới và hiểu dữ liệu nhận thức thích hợp. Cả Gibsons lẫn E.J. Gibson nói chung hiểu chứng cứ về khả năng nhận thức ở trẻ như biểu thị rằng trẻ sẵn sàng và thích nghi trước để phản ứng với những đặc điểm trực tiếp trong môi trường thị giác. Mô hình được cả Gibsons lẫn E.J. Gibson tán thành đều phủ nhận một vai trò bất kỳ đối với mô tả suy nghĩ hay sơ đồ trong phát triển nhận thức ban đầu, mặc dù họ không phủ nhận rằng có một vai trò đối với trí tưởng tượng và các hình thức mô tả phức tạp hơn trong các loại nhận thức khác trong đời sống của trẻ sau này.

Nhận thức ở trẻ như sự đạt được kỹ năng

Tiếp cận nhận thức ở trẻ thứ tư do Bruner (1973b) đề xuất, ông cho rằng phát triển nhận thức ở thời thơ ấu có thể hiểu giống như hầu hết các loại phát triển khác theo nghĩa sự phát triển kỹ năng. Hoạt động kỹ năng, chúng ta đã biết trong chương trước, là hoạt động định hướng mục tiêu bao gồm nhiều thành phần cấu thành. Những hoạt động này diễn ra theo chuỗi dứt khoát, thường được thích nghi trước để đáp ứng những sự kiện quen thuộc hay được mong đợi. Bruner xem phản ứng ở trẻ là được thích nghi trước đối với các loại hành động đòi hỏi hoạt động kỹ năng sau này. Nhưng hành động vẫn chưa được phát triển vì hành động không được tạo ra trong chuỗi thích hợp.

Chẳng hạn, trẻ có thể mở nắm chặt bàn tay khi nhìn một đồ vật trẻ đang cầm. Đây là dấu chỉ báo loại hành động thích hợp, nhưng không phải là hành động thành công vì trẻ chưa phát triển thành phần kỹ năng bao gồm việc với tới đồ vật và tiếp xúc với đồ vật bằng xúc giác. Bruner xem việc mở bàn tay như chứng cứ cho thấy thành phần kỹ năng đang hiện hữu nhưng cho rằng trẻ cần kinh nghiệm về thế giới và thực hành trong sự phối hợp vận động trước khi trẻ có thể kết hợp các thành phần cần thiết trong một chuỗi thích hợp.

Chúng ta có thể nhận thấy 4 lý thuyết này mô tả những tiếp cận khá khác nhau trong việc tìm hiểu nhận thức ở trẻ. Piaget hiểu mục đích nhận thức ở trẻ như sự cho phép trẻ tác động và thay đổi môi trường, và xem sự phát triển nhận thức ở trẻ như một kết quả. Kagan quan tâm đến sự phát triển mô tả bên trong có nghĩa là trẻ sẽ phân bố sự chú ý vào các đặc điểm khác nhau của môi trường. Gibson (1969) xem trẻ giống như một nhà thiên văn, ngày càng có nhiều quan sát "điều chỉnh" hơn, còn Bruner xem nhận thức ở trẻ như sự cho phép trẻ đạt được vốn tiết mục hành vi kỹ năng ngày càng phức tạp hơn, có thể lấy ra sử dụng khi cần. Mỗi tiếp cận sử dụng một số chứng cứ phát triển nhận thức ở trẻ để biện minh cho sự nhấn mạnh của riêng mình, mỗi tiếp cận có giá trị nhất định trong việc giúp chúng ta tìm hiểu những khía cạnh khác nhau trong nhận thức ở trẻ.

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC Ở TRẺ

Cách phát triển suy nghĩ ở trẻ là một đề tài được các nhà tâm lý học quan tâm trong hầu hết lịch sử phát triển môn học. Có lẽ một trong những lý thuyết tâm lý học thuyết phục nhất là lý thuyết phát triển nhận thức do Piaget đề xuất, và đây cũng là lý thuyết chúng ta nghiên cứu trước tiên.

THUYẾT PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC CỦA PIAGET

Piaget thường được cho là người tiên phong trong nghiên cứu phát triển nhận thức ở trẻ. Tiếp cận toàn bộ trong việc tìm hiểu phát triển nhận thức của ông còn gọi là **nhận thức luận di truyền**, dựa trên khái niệm **tóm tắt** sinh học trong thế kỷ 19. Đây là suy nghĩ cho rằng "sự phát triển cá thể tóm tắt sự phát sinh loài". Ontogeny là sự phát triển cá thể trong khi phylogeny có nghĩa là sự phát triển loài, vì thế nhóm từ này ngụ ý rằng, trong sự phát triển, một cơ thể sống đang phát triển sẽ tóm tắt lại tất cả các giai đoạn tiến hóa khác nhau của mình.

Quan điểm này được đưa ra khi người ta nhận thấy bào thai trải qua một giai đoạn trong đó có các cơ quan bên ngoài giống như mang cá. Một số nhà sinh học ban đầu cho rằng mang cá này tượng trưng cho sự lùi lại giai đoạn tiến hóa ban đầu, trước khi động vật có vú phát triển từ động vật lưỡng cư. Mặc dù quan điểm này không còn thịnh hành trong giới sinh học nữa, nhưng vào thời đại ấy nó ảnh hưởng đến mức Piaget phát biểu tư tưởng của mình thành hệ thống, và đây là lý do ông quan tâm đến sự phát triển nhận thức ở trẻ.

Piaget quan tâm đến việc hiểu biết và tìm hiểu – nhận thức – phát triển ở con người ra sao. Sử dụng nguyên lý sinh học cho rằng sự phát triển cá thể tóm tắt sự phát sinh loài, ông lập luận nhận thức phát triển ở trẻ sẽ biểu thị sự phát triển nhận thức tiến hóa, đạt đến đỉnh điểm hiện tại. Đỉnh điểm theo Piaget là sử dụng logic hình thức, trừu tượng. Piaget xem hình thức này là hình thức tư duy cao nhất, vì thế là quá trình sau cùng trong sự phát triển nhận thức. Vì thế ông quan tâm đến việc chứng minh trẻ có thể chuyển từ trạng thái nhận thức "nguyên thủy" lên trạng thái có khả năng "cao cấp" để xử lý logic hình thức, trừu tượng.

Mô hình lý thuyết mà ông áp dụng cho điều này bao gồm, như một quan điểm chính, khái niệm **sơ đồ**. Sơ đồ là một xây dựng lý thuyết thường được hiểu như sự mô tả thế giới nội bộ hóa, hay ít ra cũng là một số bộ phận của thế giới. Sơ đồ liên quan đến một lĩnh vực hành động cụ thể, và tóm tắt hiểu biết, kinh nghiệm tích lũy chúng ta đang có và liên quan đến hoạt động ấy. Chúng ta đã nghiên cứu một số dạng sơ đồ khác nhau trong các Chương 5 và 15.

Sơ đồ không giống như khái niệm nhưng được sử dụng làm cơ sở cho hành động. Chẳng hạn, nếu tôi phải ngồi ở bàn viết, để viết, thì hành động viết phải cần một số lượng hiểu biết trước đó, chẳng hạn về vấn đề đánh dấu trên tờ giấy, giấy thích hợp để viết (trái với giấy thích hợp cho việc đọc, giống như các trang sách), nơi thích hợp để đặt tờ giấy lên, nơi để ngồi, v.v... Nhưng sơ đồ cũng bao gồm mong đợi: viết về điều gì, nên viết ra sao, ai đọc. Tất cả hiểu biết này kết hợp lại thành một tổng thể có nghĩa, có thể được chứa đựng trong sơ đồ về viết và sử dụng làm cơ sở cho hành động của tôi.

Piaget cho rằng sơ đồ đầu tiên mà trẻ phát triển là **sơ đồ cơ thể.** Khi mới sinh ra, trẻ không thể phân biệt giữa bản thân và thế giới bên ngoài: mọi thứ chỉ là một khối cảm giác. Dần dần, trẻ rút ra sự phân biệt giữa "tôi" và "không phải tôi" – vấn đề luôn là một phần trong kinh nghiệm của trẻ, và vấn đề đôi khi không nằm trong kinh nghiệm ấy. Đây là sơ đồ đầu tiên – sơ đồ cơ thể – hình thành cơ sở để phát triển tất cả sơ đồ sau này, tinh vi hơn.

Quan điểm phát triển sơ đồ này ngụ ý rằng quá trình nhận thức sơ cấp đang diễn ra trong sự phát triển nhận thức là sự giảm bớt thái độ cho mình là trung tâm. Lúc đầu, trẻ xem mình là trung tâm, ở chỗ trẻ không có khái niệm ngoài mình ra còn có thế giới bên ngoài. Sự phát triển sơ đồ cơ thể là giai đoạn đầu của việc giảm bớt thái độ cho mình là trung tâm, khi trẻ dần dần phân biệt sự tồn tại của thế giới bên ngoài. Dù sao, bộ phận kinh nghiệm "tôi" vẫn còn là bộ phận quan trọng nhất đối với trẻ và quyết định bản chất tương tác của trẻ đối với thế giới bên ngoài ấy. Piaget cho rằng thái độ cho mình là trung tâm này dần dần giảm trong lúc mới sinh và thời thơ ấu cho đến khi sau cùng trẻ có khả năng suy nghĩ khách quan, độc lập thể hiện bằng logic hình thức.

Tất cả suy nghĩ theo Piaget, dựa trên sự áp dụng sơ đồ. Sơ đồ phát triển qua 2 quá trình: đồng hóa và điều tiết. **Đồng hóa** xảy ra khi thông tin mới được hấp thu vào sơ đồ nhưng không làm sơ đồ thay đổi cơ bản. Chẳng hạn, trẻ có nhiều kinh nghiệm thuộc về nhóm "không phải tôi". Một trong số này tượng trưng cho "người mẹ", số khác liên quan đến việc được đặt vào căn phòng khác, số khác có thể là chai sữa. Trong những ngày đầu, khi trẻ chỉ có hai sơ đồ, những kinh nghiệm khác nhau này tất cả đều được đồng hóa thành sơ đồ "không phải tôi" như nhau, không làm sơ đồ thay đổi nhiều.

Quá trình thứ hai gọi là **điều tiết,** và Piaget (vốn là nhà sinh học) sử dụng thuật ngữ này theo nghĩa sinh học – sơ đồ tự điều tiết để thích nghi với thông tin mới. Sơ đồ sẽ phát triển hay thay đổi hình dạng để tự mình thích nghi với thông tin. Chẳng hạn, ban đầu trẻ xem tã quấn và quần áo ngủ như "tôi" trái với "không phải tôi". Nhưng dần dần trẻ phân biệt những bộ phận cái tôi này như bàn tay và bàn chân, và những bộ phận của cái tôi đôi khi không có ở đó như quần áo ngủ. Vì thế sơ đồ cơ thể lẽ ra phải tự điều tiết để bao hàm sự phân biệt này. Sau cùng thậm chí sơ đồ chia nhỏ thành hai sơ đồ khác nhau, vốn là hình thức điều tiết cực đoan.

Piaget cho rằng lý do giải thích trẻ được thúc đẩy để phát triển sơ đồ của mình là thông qua quá trình **cân bằng.** Kinh nghiệm không thể được bao hàm trong sơ đồ hiện có, theo ông, hình thành trạng thái lo âu ở trẻ. Sự lo âu được giảm bớt qua quá trình đồng hóa và điều tiết, sao cho sơ đồ của trẻ có khả năng xử lý thông tin. Một khi điều này diễn ra thì trạng thái cân bằng trước được phục hồi. Quá trình giảm bớt căng thẳng thông qua sự cân bằng rất quan trọng trong lý thuyết của Piaget, vì chính quá trình này theo Piaget cung cấp động cơ cho trẻ tiếp tục cố gắng tìm hiểu thế giới.

Khái niệm trọng tâm khác trong lý thuyết của Piaget là quan niệm cho rằng tất cả sự phát triển nhận thức xúc tiến như kết quả của việc trẻ thực hiện **hoạt động** đối với môi trường. Một hành động là bất cứ việc gì trẻ làm tạo ra một loại kết quả nhất định. Ở trẻ, như chúng ta đã biết, những hành động này diễn ra dưới dạng phản ứng vòng – một chuỗi hành động trong đó một hoạt động nhất định tạo ra một kích thích dẫn đến hoạt động khác như một vòng liên tục. Phản ứng vòng là những khối hình thành hoạt động vì chúng dần dần được phân biệt và trau chuỗi sao cho trẻ có thể điều chỉnh với các loại kinh nghiệm khác nhau.

Ở trẻ lớn tuổi hơn, hoạt động cũng quan trọng giống như đối với trẻ ít tuổi nhưng không liên quan đến phản ứng vòng. Trẻ cũng không hẳn quan tâm đến hoạt động cụ thể – hoạt động theo Piaget rất có thể là suy nghĩ cũng như cử động cơ thể. Vào thời điểm trẻ bước vào thời thơ ấu trái với lúc sơ sinh, trẻ phát triển hiểu biết về môi trường và vốn tiết mục sơ đồ rộng hơn, có thể thực hiện nhiều hành động đối với môi trường.

Piaget kết luận từ quan sát của mình rằng trẻ thực hiện các loại hoạt động khác nhau ở các giai đoạn khác nhau trong phát triển nhận thức, khi thái độ cho mình là trung tâm của trẻ dần dần giảm bớt. Ông cũng cho rằng những giai đoạn này có cơ sở sinh học – rằng chúng xảy ra do sự trưởng thành di truyền. Một khi trẻ đạt được mức trưởng thành nhất định, sau đó về mặt sinh học trẻ sẵn sàng chuyển sang giai đoạn kế tiếp. Thực ra, khái niệm tính sẵn sàng sinh học là một phần không đáng kể trong lý thuyết của Piaget, mặc dù thật không may một số nhà giáo dục áp dụng khái niệm này theo cách cứng nhắc hơn Piaget dự định rất nhiều.

Piaget phân các loại hoạt động khác nhau thành một tập hợp gồm 4 giai đoạn nhận thức, được mô tả trong Bảng 19.1. Thứ nhất, **giai đoạn vận động nhận cảm** là giai đoạn trong đó trẻ đạt được kỹ năng – có được công cụ nhận thức, sẵn sàng cho giai đoạn 2. Giai đoạn 2 là **giai đoạn tiền hoạt động,** trẻ có thể thực hiện một số hành động, nhưng không hoàn tất. Trong giai đoạn 3, **giai đoạn hoạt động cụ thể** trẻ có khả năng thực hiện hầu hết các loại hành động nhưng chỉ khi liên hệ với thế giới trong khi ở giai đoạn bốn, **giai đoạn hoạt động chính thức,** trẻ đạt được khả năng giải quyết các vấn đề trừu tượng cũng như thực hiện lập luận logic hình thức, mà Piaget xem đó là điểm phát triển nhận thức cao nhất.

Chứng cứ của Piaget

Lý thuyết của Piaget luôn dựa trên chứng minh thực nghiệm rất vững chắc. Trẻ thiếu khái niệm về đồ vật, khả năng "lệch tâm" hay khả năng

Bảng 19.1 Các giai đoạn của Piaget

Giai đoạn vận động nhận cảm	*Từ khoảng 0-2 tuổi* Trẻ con phải tập cách tổ chức và hiểu thông tin nhận cảm, phối hợp hoạt động vận động.
Giai đoạn tiền hoạt động	*Từ khoảng 2-7 tuổi* Thái độ tự cho mình là trung tâm dần dần giảm bớt, nhưng hành động của trẻ con đối với môi trường vẫn hạn chế, chỉ có thể giải thích mỗi lần một đặc điểm trong vấn đề trò chuyện, không thể lệch tâm.
Giai đoạn hoạt động cụ thể	*Từ khoảng 7-11 tuổi* Trẻ có khả năng đảm nhận hoạt động nhận thức theo kiểu người lớn, nhưng những hoạt động này phần lớn giới hạn ở mục tiêu tồn tại ở dạng cụ thể trong thế giới.
Giai đoạn hoạt động chính thức	*Từ khoảng 11 tuổi* Lúc này trẻ con hoàn toàn lệch tâm, có thể tiến hành lập luận trừu tượng và thực hiện hành động logic.

Bảo toàn thể tích, khối lượng hay con số được mô tả lặp đi lặp lại, với mỗi mô tả áp dụng công thức cụ thể do Piaget phát triển. Những nghiên cứu này biểu thị đáng tin cậy sự khác nhau về độ tuổi nhất quán trong phản ứng ở trẻ và những khác nhau độ tuổi này được dùng làm chứng cứ cho sự hiện hữu các giai đoạn nhận thức của Piaget.

Piaget thu thập chứng cứ cho lý thuyết của mình bằng cách tiến hành nhiều nghiên cứu ở trẻ nhiều độ tuổi khác nhau, con của ông và số trẻ khác. Ông áp dụng kỹ thuật **phỏng vấn lâm sàng** – trò chuyện với trẻ, đôi khi đặt ra các vấn đề không chính thức cho trẻ giải quyết và đôi khi chỉ hỏi thăm xem trẻ suy nghĩ về sự vật như thế nào. Vấn đề mà ông yêu cầu trẻ giải quyết là vấn đề giúp ông tìm hiểu trẻ thực hiện hoạt động đối với môi trường của mình ra sao.

Một loạt vấn đề được nghĩ ra tìm hiểu hiểu biết của trẻ rằng thế giới có tiếp tục tồn tại thậm chí khi trẻ không còn để ý nó nữa. Những nghiên cứu này tập trung vào sự phát triển **khái niệm đồ vật.** Câu hỏi Piaget đặt ra là: nếu trẻ nhìn thấy đồ vật, sau đó đồ vật bị che lại đến mức không còn nhìn thấy nó nữa thì trẻ có còn biết đồ vật đang ở đó hay không? Nếu có, chúng ta cho rằng trẻ có khái niệm đồ vật – trẻ biết rằng đối tượng có sự tồn tại độc lập. Piaget nhận thấy trẻ nhỏ có vẻ không có khái niệm đồ vật – chúng quá tự cho mình là trung tâm đến mức không thể nghĩ rằng có một thế giới riêng biệt đang tồn tại. Nhưng khi trẻ được 18 tháng tuổi, hay hai tuổi, khái niệm đồ vật bắt đầu phát triển.

Một loạt nghiên cứu khác tìm hiểu thái độ tự cho mình là trung tâm trực tiếp liên quan đến khả năng **lệch tâm** của trẻ – nhìn thấy vấn đề từ quan điểm của người khác. Trong một nghiên cứu điển hình thuộc loại này, Piaget đặt búp bê ở nhiều điểm khác nhau quanh một sa bàn đồi núi được thiết kế trên bàn, mời trẻ chọn từ một loạt ảnh chụp có thể nhìn thấy búp bê nào. Trẻ nhỏ tuổi hơn thường chọn loạt ảnh theo quan điểm của mình vì Piaget nghĩ rằng số trẻ này quá tự cho mình là trung tâm đến mức không thể nhìn thấy sự vật từ quan điểm của người khác trong khi trẻ lớn hơn có thể hoàn tất nhiệm vụ thật chính xác.

Trong thí nghiệm **bảo toàn** của Piaget, ông tìm hiểu một khía cạnh khác của thái độ tự cho mình là trung tâm, liên quan đến việc liệu trẻ chỉ tập trung vào các thuộc tính chính của những gì trẻ đang nhìn hay không, hay trẻ có thể bao hàm các đặc điểm khác. Piaget yêu cầu trẻ giải thích hay mô tả kết quả thay đổi hình dáng hay hình thức đồ vật. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu điển hình, trẻ quan sát chất lỏng có màu được đổ ra từ một ly mập, lùn vào một ly cao, ốm, hay một dải máy tính được xếp trải dài sao cho máy tính nhìn thấy dài hơn. Sau đó hỏi trẻ xem lượng chất lỏng hay số lượng máy tính có còn nguyên hay không. Piaget nhận thấy trẻ ít tuổi có khuynh hướng khẳng định rằng chúng đã thay đổi – chẳng hạn trong ly cao hơn có nhiều chất lỏng hơn – vì trẻ chú ý chỉ một thuộc tính duy nhất, chẳng hạn như chiều cao, chứ không bao gồm những thuộc tính khác như chiều rộng.

Trong một số nghiên cứu của Piaget về **sự phát triển đạo đức** ở trẻ, ông yêu cầu trẻ giải thích cho mình biết cách chơi bắn bi. Trò chơi này trên cơ sở bắn bi là một trò chơi được nhiều trẻ chú ý đến. Trong đó cách chơi hiếm khi do người lớn dạy. Ông sử dụng những nghiên cứu này để tìm hiểu những khái niệm chẳng hạn như công bằng, tầm quan trọng của việc luật chơi không thay đổi, cách chơi linh động ra sao, v. v..., và thêm lần nữa nhận thấy rằng sự phát triển đạo đức thường có khuynh hướng trải qua một chuỗi xác định, khi trẻ ngày càng lớn tuổi hơn. Chúng ta sẽ khảo sát quan điểm của

Piaget về phát triển đạo đức vào cuối chương này.

Thuyết của Piaget có nhiều ảnh hưởng trong suốt sự phát triển tâm lý học không phải chỉ vì tầm kiến thức của thuyết. Như một lý thuyết phát triển quan trọng, mô tả cách tiếp cận thống nhất trong việc tìm hiểu sự phát triển, giúp hiểu và tiếp thu nhiều hiện tượng hay chứng cứ cụ thể. Hầu hết các nhà tâm lý học phát triển tìm hiểu những khía cạnh đơn giản của sự phát triển nhận thức, chẳng hạn như sự phát triển tính nhất quán đối tượng hay hiểu biết con số ở trẻ thật chi tiết. Thuyết của Piaget cung cấp một bối cảnh toàn thể trong đó có thể kết hợp những khía cạnh phát triển nhỏ hơn này. Ảnh hưởng của thuyết mạnh đến mức ngay cả những mô hình thay thế chẳng hạn như thuyết phát triển đạo đức của Kohlberg, có khuynh hướng tán thành hình thức có nghĩa rằng thuyết này kết hợp dễ dàng với khung lý thuyết tổng quát của Piaget.

VẤN ĐỀ TRONG THUYẾT CỦA PIAGET

Tuy nhiên trong tiếp cận của Piaget có nhiều khiếm khuyết, khi thời gian trôi qua, ngày càng có nhiều ý kiến chỉ trích. Một số thuộc về nhận thức luận, những người chỉ trích phủ nhận toàn bộ tính duy lý làm nền tảng cho tiếp cận của ông. Một số mang tính lý thuyết, đề cập những vấn đề trong lý thuyết. Và một số thuộc về phương pháp luận, phủ nhận chứng cứ ông sử dụng để rút ra kết luận lý thuyết, và sau cùng dẫn đến việc đánh giá lại khả năng nhận thức ở trẻ.

Chỉ trích nhận thức luận

Một số ý kiến chỉ trích bao gồm việc phủ nhận nhiều giả định trong số các giả định cơ bản của thuyết. Chẳng hạn, Boden (1979) chỉ rõ khái niệm nhận thức luận di truyền do Piaget áp dụng, như chúng ta đã biết, hình thành cơ sở của toàn bộ lý thuyết, rút từ hai giả định sinh học, ngày nay cả hai đều bị xem thường. Một trong số này là quan điểm cho rằng sự phát triển cá thể tóm tắt sự phát sinh loài, đã được mô tả và quan điểm khác là di truyền học Lamarck.

Di truyền học Lamarck là quan điểm cho rằng đối với cơ thể sống có thể truyền cho con cháu các đặc điểm mình có được trong khoảng thời gian tồn tại của chính mình – chẳng hạn, hươu cao cổ có được chiếc cổ dài vì tổ tiên trước đây cố vươn lên cao trong khi tìm thức ăn. Mặc dù trong thời đại ấy, đây là lý thuyết phổ biến, nhưng ngày nay hầu hết các nhà khoa học phủ nhận di truyền học Lamarck (chúng ta sẽ nghiên cứu thuyết tiến hóa chi tiết hơn trong Chương 22). Chứng cứ đã được sử dụng – ngay cả thời gian gần đây – cho thấy rằng cơ chế Lamarck có thể hoạt động thường có biểu hiện giả dối: một số nghiên cứu gần đây về sắc tố màu ở chuột chẳng hạn, sau này cho thấy là bị gian lận.

Dĩ nhiên, không thể phát biểu tuyệt đối rằng di truyền học Lamarck là hoàn toàn không có thực, vì một số nghiên cứu hoạt động của RNA truyền tin trong nhân tế bào cho thấy có nhiều hoạt động trong các nhiễm sắc thể của tế bào hơn mức người ta thường nghĩ trước đây. Nhưng điều này có vẻ chỉ ở mức độ phân tử: các nhà khoa học có lý khi cho rằng những ảnh hưởng như thế không tác động đến đặc điểm chính của một cá thể đã phát triển.

Mặc dù trong thời của Piaget, di truyền học Lamarck là một lý thuyết khá nổi tiếng, một lý thuyết nổi tiếng thay thế cho **di truyền học Mendel**, cho rằng sự kế thừa hoạt động thông qua hoạt động của gien và nhiễm sắc thể được ấn định lúc thụ thai. Piaget, giống như các nhà khoa học khác trong thời đại, nghĩ rằng kinh nghiệm tập quen chính mà người "nguyên thủy" từng trải có lẽ đã được chuyển tiếp qua sự truyền gien, sau này được phản ánh trong sự phát triển ở trẻ.

Vấn đề nhận thức luận khác liên quan đến giả định của Piaget về tính chất cá thể trong sự phát triển. Piaget xem sự phát triển như một vấn đề hiệu quả giữa cá thể và môi trường. Ông không xem trọng ảnh hưởng xã hội ở một mức độ cực đoan hay ít nhất không xem chúng về cơ bản khác với một loại ảnh hưởng môi trường bất kỳ khác. Nhưng điều này để lại nhiều câu hỏi khác chưa được trả lời trong nghiên cứu sự phát triển ở trẻ.

Chẳng hạn, một trong số này là vấn đề **trẻ người sói** (xem Chương 20). Mặc dù những trường hợp này rất hiếm, nghiên cứu trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng chẳng hạn như Genie (Curtiss, 1977) hay trẻ song sinh Koluchova cho thấy cả tiếp xúc xã hội lẫn ảnh hưởng xã hội có vẻ là yếu tố cần thiết cho sự phát triển – một vấn đề chưa được đề cập đầy đủ trong thuyết của Piaget. Mặc dù một số người ủng hộ Piaget cố giải quyết vấn đề này bằng cách xử lý ảnh hưởng xã hội như một tập hợp các yêu cầu môi trường khác, nói chung những nghiên cứu này bị những người chuyên ngành phát triển nhận thức gạt ra ngoài lề hay xem thường.

Một vấn đề khác trong tiếp cận của Piaget liên quan đến tính không đều trong phát triển. Piaget cho rằng phát triển nhận thức phát sinh như một quá trình trưởng thành ở cá thể gồm nhiều giai đoạn khác nhau. Vì thế, thuyết của ông giả định rằng sự phát triển phải đều đặn – khi trẻ phát triển khả năng nhận thức, trẻ sẽ biểu hiện những khả năng ấy trong các bối cảnh khác nhau, khi thích hợp. Nhưng nhiều nhà nghiên cứu nhận xét rằng trẻ không hẳn tạo ra tính đều đặn trong sự phát triển trong các giai đoạn được Piaget nhận dạng. Trẻ không thể thực hiện một số công việc hoạt động cụ thể trong một lĩnh vực có thể chỉ kiểm soát suy nghĩ tiền hoạt động trong các lĩnh vực khác. Thuyết phát triển nhận thức kỹ năng của Fischer mà chúng ta đã xét trong chương trước là một trong những đề xuất đưa ra giải quyết vấn đề này.

Chỉ trích lý thuyết

Một trong những vấn đề lý thuyết nổi cộm nhất trong thuyết của Piaget là vấn đề giảm bớt thái độ tự cho mình là trung tâm, được Piaget xem là cốt lõi của sự phát triển nhận thức. Piaget cho rằng trẻ bắt đầu cuộc sống bằng thái độ tự cho mình là trung tâm, thái độ này chỉ giảm bớt dần dần. Có nhiều nghiên cứu về cơ chế tính hòa đồng ở trẻ, chúng ta sẽ khảo sát trong chương kế tiếp, và những cơ chế này biểu thị rằng hành vi của trẻ, ngay từ vài ngày đầu tiên của cuộc sống đã được hướng đến sự phát triển các mối quan hệ xã hội ban đầu.

Chẳng hạn, những sự quyến luyến đầu tiên đã phát triển khi trẻ ở độ tuổi còn nhỏ hơn độ tuổi mà Piaget khẳng định trẻ phát triển khái niệm đồ vật. Tuy nhiên quyến luyến không thể có nếu quan điểm của Piaget đúng, và trẻ thực sự tự cho mình là trung tâm. Vì sự giảm bớt thái độ tự cho mình là trung tâm là một khái niệm chính đối với toàn bộ quá trình phát triển nhận thức trong mô hình của Piaget, nên những nghiên cứu này mô tả một vấn đề rất nghiêm trọng đối với lý thuyết. Một số vấn đề khác về ảnh hưởng xã hội trong phát triển được đề cập trong Khung 19.1.

Mặc dù thật thú vị, có một vài ý kiến chỉ trích về khái niệm sơ đồ của Piaget và khái niệm phát triển nhận thức diễn tiến thông qua sự phát triển các sơ đồ thông qua sự đồng hóa và điều tiết hoàn toàn được chấp nhận. Như chúng ta đã biết trong suốt quyển sách này, quan niệm cho rằng chúng ta sử dụng sơ đồ để lưu trữ thông tin và định hướng hành động chứng tỏ hữu ích trong một vài lĩnh vực khác nhau trong môn tâm lý học, vì thế có những khái niệm về đồng hóa và điều tiết. Khái niệm được áp dụng rộng hơn chứ không riêng sự phát triển ở trẻ.

Khung 19.1 Ảnh hưởng xã hội đối với sự phát triển nhận thức

Theo truyền thống, phát triển nhận thức trong một số lớp vỏ ngụy trang được xử lý như thể là một sự kiện riêng lẻ, chỉ phụ thuộc vào sự kích thích mà cá thể trẻ nhận được từ môi trường. Nhưng thời gian gần đây, ngày càng có nhiều chứng cứ cho thấy những gì liên quan còn nhiều hơn là kích thích môi trường đơn thuần. Dần dần, sự chú ý được tập trung vào tầm quan trọng của ảnh hưởng xã hội và tương tác xã hội trong sự phát triển nhận thức ở trẻ.

Trong thập niên 1960, nghiên cứu những gì được xem là đặc điểm nhân cách giống như nhu cầu thành tựu (nAch) cho thấy mong đợi của bố mẹ có vẻ có ảnh hưởng đáng kể đến cách phát triển đặc điểm này ở trẻ. Nghiên cứu sự có được ngôn ngữ cũng phát triển từ 2 quan điểm tự nhiên/ nuôi dưỡng cực đoan của Chomsky và Skinner, cho đến sự nhấn mạnh tầm quan trọng của ngôn ngữ như phương tiện giao tiếp xã hội (như Vygotsky, 1962), và nhu cầu tương tác xã hội trong khi trẻ đang có được ngôn ngữ (như de Villiers, 1978).

Dưới dạng lý thuyết phát triển nhận thức chính thức do Piaget phát triển, chứng cứ gần đây cho thấy phần lớn kết quả trong công việc truyền thống của Piaget xuất hiện vì yêu cầu của tình huống xã hội: chứ không phải là không thể nhận thức thực hiện một điều gì đó khó như việc giải quyết công việc được giao, trẻ thực ra áp dụng hiểu biết xã hội tinh vi vào tình huống và phát biểu với những người thí nghiệm bằng những câu trả lời mà trẻ nghĩ người thí nghiệm mong muốn (như Rose và Blank, 1974).

Quan tâm gần đây trong thuyết suy nghĩ ở trẻ cũng cho thấy sự tìm hiểu người khác ở trẻ được phát triển cao hơn hẳn giải thích cứng nhắc trong mô hình cạnh tranh nhận thức của Piaget. Và nghiên cứu sự phát triển đạo đức ngày càng nhấn mạnh đến tầm quan trọng của tương tác xã hội.

Bức tranh nổi bật từ tất cả những điều này hòa hợp với bức tranh nổi bật khi chúng ta nghiên cứu trẻ: trẻ với tiêu điểm chính nhắm vào tương tác xã hội và thích nghi xã hội. Trẻ sinh ra đã có tố chất tương tác với người khác, học hỏi, tập quen từ sự tương tác ấy. Và tố chất này hình thành nền tảng cho sự phát triển của trẻ.

Chỉ trích thực nghiệm

Mẫu lấy của Piaget đôi khi cũng bị chỉ trích vì số lượng trẻ tham gia tương đối ít. Tuy nhiên chỉ trích này không thuyết phục như một số chỉ trích khác nhất là khi tâm lý học hiện đại đi đến việc chấp nhận giá trị của **phương pháp nghiên cứu mẫu** để tìm hiểu các vấn đề theo chiều sâu mà những khảo sát chung chung hơn không thể làm được. Ngoài ra, việc tái tạo chứng cứ của nhiều nhà nghiên cứu cho thấy chỉ trích lấy mẫu khá giả tạo.

Tuy nhiên, quan trọng hơn, có những nghiên cứu tạo ra sự nghi ngờ đối với nghiên cứu của chính Piaget. Có thể đặt vấn đề liệu câu trả lời của số trẻ trong trắc nghiệm Piaget có thực sự tiết lộ khả năng nhận thức thật của trẻ hay không. Cũng như đối với nhiều khía cạnh khác trong sự phát triển ở trẻ, khi chúng ta khảo sát thế giới thực, xã hội mà trẻ đang sống, chúng ta sẽ tìm thấy một bức tranh khác hẳn được hình thành khi khảo sát giới hạn trong các kỹ thuật hình thức, mang tính cấu trúc nhiều hơn. Hầu như tất cả nghiên cứu "kinh điển" của Piaget đều bị đánh giá lại khi chúng được thiết kế lại sao cho giải thích được thế giới "thật" của trẻ.

Khái niệm đồ vật

Một trong những nhận xét của Piaget về sự phát triển khái niệm đồ vật ở trẻ là việc bé không ngoái cổ để nhìn một quả bóng mà bé đã chơi trước đây khi bóng lăn ngoài tầm mắt. Thật ra, có vẻ như bé hoàn toàn quên hẳn sự tồn tại của quả bóng. Nhưng đánh giá lại bé tìm kiếm đồ vật ra sao của Butterworth, Jarrett và Hicks (1982) cho thấy liệu bé nói chung có nhìn theo hay không hoàn toàn tùy thuộc vào gợi ý có sẵn. Vả lại, bé thường có khuynh hướng nhìn theo một hướng nào đó: chẳng hạn bé thích nhìn xuống hơn là ngước lên.

Trong một nghiên cứu, Bower và Wishart (1972) ảnh chụp hồng ngoại để chứng minh rằng nếu trẻ đang chơi đồ chơi, căn phòng đột nhiên tối om trong khi đồ chơi vượt khỏi tầm với của trẻ, thì trẻ vẫn còn với lấy đồ chơi như thể biết rằng đồ chơi đang còn ở đó. Những nghiên cứu này cùng các nghiên cứu khác kết hợp lại cho thấy rằng khái niệm đồ vật được phát triển cao hơn mức Piaget đề nghị rất nhiều: liệu trẻ có với đến một đồ vật hay không tùy thuộc nhiều vào các tình huống riêng biệt và gợi ý môi trường hơn là một số khả năng hay thiếu khả năng nhận thức chung.

Sự lệch tâm

Nghiên cứu "núi", mà Piaget làm cơ sở cho quan điểm của mình, cho rằng trẻ không thể lệch tâm, cũng cho thấy những khiếm khuyết tương tự. Một phần vấn đề có vẻ liên quan đến sự tìm hiểu ảnh chụp của trẻ hơn là liệu trẻ thực sự có hình dung đồ vật giống với quan điểm của người khác đến mức nào. Khi Hughes (1975) tái tạo công việc trong đó trẻ quen thuộc hơn, một câu đố bao gồm việc giấu búp bê bé trai trong số búp bê cảnh sát phía sau một loạt các tấm vách dựng lên mặt bàn – trẻ giải quyết không hề khó khăn.

Hughes cho rằng đúng ra là chứng minh trẻ không có khả năng nhận thức, công việc ban đầu của Piaget đối với trẻ không rõ ràng, vì thế trẻ không hiểu hết người khác mong đợi mình sẽ làm gì. Trẻ thực hiện công việc mình đã hiểu tốt hơn nhiều, hay thậm chí ở công việc ban đầu một khi được giải thích rõ ràng với trẻ. Trong một tái tạo công việc núi của Piaget, với hướng dẫn rõ ràng hơn, Hughes nhận thấy 64% trẻ 5 tuổi thực hiện chính xác: Piaget nhận thấy chỉ có một vài trẻ ở độ tuổi ấy mới có khả năng.

Bảo toàn

Thí nghiệm bảo toàn của Piaget cũng được đánh giá lại sử dụng phương pháp liên kết với kinh nghiệm trong đời sống hàng ngày của trẻ nhiều hơn. Một trong những nghiên cứu nổi tiếng nhất do McGarrigle và Donaldson (1974) tiến hành, trong đó những người thí nghiệm giả vờ rằng một **thú nhồi bông hư đốn** - thú nhồi bông đồ chơi loại nhỏ – chịu trách nhiệm đổ nước vào một bình đựng khác, trải các dải máy tính hay thực hiện bất kỳ hành động khác trong một trắc nghiệm bảo toàn điển hình. McGarrigle và Donaldson nhận thấy khi trắc nghiệm bảo toàn được xử lý như một trò chơi như thế này thì hơn 70% số trẻ tham gia trắc nghiệm có câu trả lời đúng khi được hỏi bình đựng hay dải máy tính vật nào chứa được nhiều hơn. Nhưng trong một thí nghiệm bảo toàn hình thức, cũng số trẻ ấy rất có thể có câu trả lời sai bằng với câu trả lời đúng.

Greco (1962) cho rằng một phần trong lý do giải thích câu trả lời sai trong các trắc nghiệm bảo toàn tiêu chuẩn là vì trẻ không phải lúc nào cũng dùng từ "nhiều hơn" giống như các nhà tâm lý học. Khi nhìn thấy hai dải, mỗi dải có 5 máy tính, nhưng một dải trải dài nhiều hơn, thì trẻ sẽ đếm số dải và phát biểu rằng mỗi dải có 5 máy tính, đều giống nhau. Nhưng trẻ vẫn cho rằng dải trải dài nhiều hơn chứa "nhiều hơn". Greco cho rằng trẻ sử dụng từ "nhiều hơn" có nghĩa "có chiều dài nhiều hơn" chứ không phải có nhiều máy tính hơn.

Những nghiên cứu khác tập trung vào vấn đề phương pháp luận, Rose và Blank (1974) cho rằng thiết kế nghiên cứu vô tình huy động hiểu biết xã hội của trẻ để khuyến khích đưa ra câu trả lời sai. Trong một công việc bảo toàn truyền thống, trẻ hai lần được yêu cầu phát biểu liệu hai dải, bình đựng, v.v..., có như nhau hay không. Trẻ được hỏi một lần trước khi người thí nghiệm sử dụng vật liệu và sau đó được hỏi thêm một lần nữa. Rose và Blank nêu rõ, thông thường trẻ chỉ được hỏi cùng câu hỏi hai lần nếu trẻ trả lời sai trong lần thứ nhất. Vì thế những người thí nghiệm thực hiện trắc nghiệm bảo toàn tiêu chuẩn nhưng hỏi trẻ chỉ có một lần, liệu cả hai có giống nhau hay không, sau khi sử dụng vật liệu. Khi làm như thế, họ nhận thấy tỉ lệ % số trẻ có câu trả lời đúng cao hơn.

Những phủ nhận phương pháp luận này đối với thuyết Piaget truyền thống cho thấy đúng ra là chứng minh khả năng nhận thức chưa phát triển, trẻ trong nghiên cứu của Piaget thực sự chứng minh mình hiểu biết xã hội tinh vi, trả lời phù hợp với những gì trẻ nghĩ đó là yêu cầu tình huống xã hội. Những nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu sự phát triển nhận thức ở trẻ trong bối cảnh xã hội, như thế, họ phát hiện rằng hiểu biết của trẻ còn tinh vi hơn trước đây người ta thường nghĩ rất nhiều. Mặc dù trẻ rất kém khi tìm hiểu các vấn đề trừu tượng, không có bối cảnh trong môi trường quen thuộc của riêng mình, trẻ thể hiện mức độ cạnh tranh nhận thức và xã hội rất thú vị.

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC XÃ HỘI

Quan tâm đến ảnh hưởng xã hội ngày càng nhiều dẫn đến sự xuất hiện một loạt nghiên cứu thận trọng tìm hiểu tầm quan trọng của bối cảnh xã hội và yêu cầu xã hội đối với sự hiểu biết của trẻ. Các nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu cách tương tác của trẻ trong bối cảnh gia đình hơn là trong phỏng vấn lâm sàng, và nhận thấy một bức tranh cạnh tranh xã hội ngày càng tăng, thật thú vị.

TƯƠNG TÁC GIA ĐÌNH

Dunn (1988) nêu rõ trẻ được sinh ra trong một thế giới xã hội phức tạp, và trở thành những người tham gia tích cực trong thế giới ấy từ rất sớm. Tương tác gia đình là phần trung tâm trong thế giới của trẻ, chính thông qua sự tương tác gia đình nên trẻ mới có khả năng phát triển hiểu biết về thế giới và nhận biết những điều gì giải thích cho hành vi có thể hay không thể chấp nhận. Ngoài ra, theo Dunn tình cảm và mâu thuẫn trong đời sống gia đình cũng như trò chơi và khôi hài là những đặc điểm quyết định trong cách trẻ tìm hiểu, tập quen. Sự phát triển nhận thức xã hội của trẻ không chỉ là vấn đề đáp ứng yêu cầu hay phản ứng đối với trừng phạt: nó bao gồm chủ ý, xúc cảm và trao đổi năng động.

Hinde (1987) cho rằng tất cả các mối quan hệ cần được xét trong bối cảnh xã hội, văn hóa. Mặc dù trong tư cách động vật trong xã hội, chúng ta có những khuynh hướng sinh học hướng đến việc hình thành các mối quan hệ với những cá thể khác, cách mà sự tương tác xảy ra trong một xã hội nhất định cũng có khuynh hướng định dạng các loại mối quan hệ mà chúng ta đang phát triển. Đến lượt khuôn khổ văn hóa này sẽ tác động nên và không nên nuôi dưỡng những xu hướng nào. Nói cách khác, có vấn đề chúng ta gọi là **mối quan hệ biện**

chứng giữa cá thể, tương tác với người khác và văn hóa. Mỗi cá thể tương tác với và chịu ảnh hưởng của cá thể khác.

Như chúng ta đã biết trong Chương 14, Hinde cũng cho rằng khi chúng ta nghiên cứu các mối quan hệ giữa cá nhân với nhau, thật hữu ích khi khảo sát chúng dưới dạng 8 khía cạnh cơ bản: nội dung, tính đa dạng tương tác trong mối quan hệ, tính chất mối quan hệ, tần số tương đối hay lập mẫu, tính tương hỗ hay bổ sung, tính mật thiết, nhận thức giữa cá nhân với nhau và sự ràng buộc. Những khía cạnh này được giải thích chi tiết hơn trong Bảng 14.6, mỗi khía cạnh cung cấp cho chúng ta một quan điểm bổ ích trong so sánh các mối quan hệ khác nhau. Các khía cạnh của Hinde cũng bổ ích đối với một số nhà nghiên cứu tìm hiểu tính chất mối quan hệ trong gia đình.

Dự án Cambridge

Trong một loạt nghiên cứu được tiến hành giữa thập niên 1980, Dunn và đồng nghiệp của bà tiến hành quan sát đời sống gia đình theo tập tính học trong nhiều gia đình thuộc vùng Cambridge. Số gia đình tham gia nghiên cứu được chọn lọc cẩn thận để tượng trưng cho một dải thu nhập và nền tảng giai cấp xã hội. Hầu hết đều sống trong các cư xá, hay nhà chung vách đầu thế kỷ, vào thời điểm bắt đầu nghiên cứu, không có bà mẹ nào làm việc toàn thời gian, mặc dù một số làm việc bán thời gian và một số có được việc làm nguyên ngày khi nghiên cứu đang tiếp diễn. Tiêu điểm quan tâm chính là con thứ hai trong gia đình, và sự phát triển trước khi đi học, vì thế độ tuổi của trẻ từ 14 – 36 tháng. Vì nghiên cứu bản chất theo chiều dọc, nên mỗi trẻ được quan sát nhiều hơn một lần.

Các nhà quan sát cố gắng không quấy rối càng nhiều càng tốt, dĩ nhiên, mặc dù có thể sẽ phi thực tế nếu cho rằng nói chung họ không ảnh hưởng đến cách hành xử của gia đình. Nhưng cũng số nhà nghiên cứu ấy mỗi lần đến thăm gia đình sao cho trẻ (và bố mẹ) có thể quen thuộc và họ đến thăm thường xuyên hơn. Mặc dù họ không cản trở hay làm xáo trộn nhưng người quan sát cố gắng càng tự nhiên càng tốt sao cho trẻ trò chuyện với họ chứ không phải là im lặng.

Năm mươi hai gia đình cùng tham gia dự án, chia thành 3 "nghiên cứu". Nghiên cứu thứ nhất gồm 6 gia đình, tiến hành quan sát trong thời gian cách quãng hai, ba tháng, tính từ lúc đứa con thứ 2 được 14 tháng tuổi cho đến khi bé được 24 tháng, sau đó đến thăm lần nữa khi bé 36 tháng. Nghiên cứu thứ hai nhiều hơn. Có 40 gia đình tham gia, mỗi gia đình này được đến thăm khi đứa con thứ hai được 18, 24 và 36 tháng tuổi. Nghiên cứu thứ ba gồm 6 gia đình khác, bắt đầu khi đứa con thứ hai được 24 tháng tuổi, và tiếp tục cách quãng 2, 3 tháng cho đến khi các bé 36 tháng tuổi. Chương trình quan sát này cung cấp cho Dunn cùng đồng nghiệp một kho dữ liệu về sự phát triển nhận thức xã hội ở trẻ trước tuổi đến trường.

Điều nổi bật là sự phủ nhận trực tiếp đối với giả định về phát triển nhận thức và đạo đức ở trẻ của các nhà nghiên cứu ban đầu. Như chúng ta đã biết, Piaget xem phát triển nhận thức trên nền tảng sự giảm dần thái độ tự cho mình là trung tâm, chỉ bắt đầu ở tuổi 2, hay 3. Nhưng Dunn và đồng nghiệp nhận thấy thậm chí ở trẻ từ 18 tháng tuổi cũng hiểu sự đa dạng của các vấn đề đạo đức và giữa cá nhân với nhau, lẽ ra không thể có nếu như trẻ tự cho mình là trung tâm như người ta giả định.

Sự chọc ghẹo

Như nhiều bà mẹ thường biết rõ, nói chung không có gì đặc biệt khi con lớn của mình thường chọc ghẹo các em, và cố ý làm các em đau buồn. Mỗi gia đình có vẻ có cách tương tác riêng, những tương tác này mỗi gia đình mỗi khác.

Dunn và Kendrick (1982) nhận thấy trong một số gia đình có đến 50% số tương tác bao gồm những cuộc chạm trán thù địch nhau chẳng hạn như đấu khẩu, nhưng điều này cũng tùy gia đình: một số gia đình chỉ có vài cuộc chạm trán thù địch, nhưng trong một số trường hợp hầu như không hề cãi lộn. Tương tự, quan sát của những người nghiên cứu cho thấy tỉ lệ tiếp xúc thân thiện lẫn nhau có thể dao động từ 0 đến 85%, tùy gia đình.

Dunn và Munn (1985) chứng minh trẻ ngày càng tinh vi hơn trong việc chọc ghẹo, và thường chọc ghẹo nhiều hơn khi càng lớn tuổi. Khi trẻ từ 16 đến 18 tháng tuổi, sự chọc ghẹo của trẻ đối với anh chị bao gồm việc lấy đi hay làm hỏng đồ vật gì đó của anh chị. Dunn và Munn nhận thấy những trẻ này thường rất tinh vi trong việc chọn đồ vật lấy đi – thường là đồ vật mà anh chị đặc biệt yêu thích. Khi lên 2, trẻ khéo léo hơn trong loại chọc ghẹo đối với anh chị, kỹ thuật bắt đầu thay đổi nhiều hơn.

Dunn và Munn cũng nhận thấy trẻ ngày càng có khuynh hướng chọc ghẹo mẹ mình trong năm thứ 2. Sự chọc ghẹo này được áp dụng hình thức làm việc gì đó mà trẻ biết mình bị cấm trong khi nhìn mẹ và phá lên cười. Dunn cho rằng hành vi loại này là một trong những cách, trong đó trẻ tìm hiểu thế giới xã hội và giới hạn. Bằng cách chọc ghẹo trẻ hiểu được người khác phản ứng ra sao và kết quả của hành động cụ thể ấy là gì. Tùy theo cách người khác phản ứng đối với sự chọc ghẹo, trẻ cũng biết được những giới hạn tương tác xã hội có thể chấp nhận được.

Dunn và Kendrick (1982) nêu rằng hầu hết trẻ em trong gia đình đều thể hiện sự hỗn hợp hành vi thân thiện và gây hấn. Tuy nhiên, họ cũng cho rằng một số trẻ đặc biệt có khuynh hướng khiến trẻ khác đau buồn nhiều hơn. Họ cho rằng điều này có thể kết hợp với loại cách nuôi dạy trẻ của bố mẹ. Zahn-Waxler, Radke-Yarrow và King (1979) chứng minh rằng trẻ có vẻ ít có khuynh hướng gây đau buồn hơn và có nhiều khuynh hướng cố gắng hòa giải trong gia đình hơn, khi bố mẹ trách mắng trẻ bằng cách phát biểu nguyên tắc chẳng hạn như "con không được dùng vật nhọn đâm vào mắt người khác" hay "con nói cắn thì được nhưng đừng bao giờ cắn thiệt". Trẻ bị phạt chẳng hạn như bị bố mẹ đánh đòn, ít gây hấn hơn số trẻ khác nhưng cũng có khuynh hướng ít có khả năng chia sẻ công việc hay phụ giúp người khác.

An ủi

Dunn, Kendrick và MacNamee (1981) nghiên cứu trẻ an ủi anh chị em mình trong nhà như thế nào. Họ thu thập báo cáo từ các bà mẹ về hành vi của số con cả đối với các em. Trẻ lớn tuổi hơn thường ở khoảng 2 đến 4 tuổi trong khi các em ở khoảng 8 đến 14 tháng. Các nhà nghiên cứu nhận thấy khoảng ¼ số trẻ lớn tuổi thường xuyên an ủi các em, khoảng 1/3 đôi khi an ủi, và 1/3 hiếm khi an ủi. Điều cũng dễ thấy trẻ nhỏ tuổi hơn thường có khuynh hướng quay sang anh chị lớn của mình để tìm sự an ủi – ở trẻ 14 tháng tuổi, 1/3 số trẻ nhỏ hơn có hành vi này. Ở trẻ 14 đến 16 tháng tuổi, trẻ nhỏ hơn thường có khuynh hướng đáp lại bằng cách an ủi anh chị khi anh chị bất hòa, hay bằng cách cố an ủi bố mẹ khi họ gặp sự cố hay bất hòa nhỏ.

Trong một nghiên cứu tương tự, Dunn và Kendrick (1979) quan sát trẻ tương tác trong khi người nghiên cứu đến thăm nhà, nhận thấy khoảng 80% số trẻ lớn tuổi thường có hành động giúp dỡ hay đồng cảm đối với em mình khi các em bất hòa. Điều này thường diễn ra dưới dạng cho đồ chơi hay thức ăn hay giúp các em trong công việc này hay công việc khác.

Zahn-Waxler và Radke-Yarrow (1982) quan sát phản ứng của các em trước sự đau buồn của người khác thay đổi qua thời gian. Họ yêu cầu các bà mẹ ghi chép con mình có hành động gì khi anh chị em ở gần bị đau buồn. Họ cũng quan sát phản ứng của trẻ trước sự đau buồn giả vờ của mẹ hay những người điều tra. Kết quả được cung cấp trong Bảng 19.2, chứng minh rằng khi 18 tháng tuổi, hành vi của trẻ thường biểu hiện sự hiểu biết rất tinh vi vấn đề là gì. Trong nghiên cứu có một trẻ khiến mẹ phải bực mình vì bày bừa hỗn độn. Trẻ cố an ủi mẹ mình bằng cách nói "con thích mẹ", sau đó ôm chầm lấy cổ mẹ và báo "con sẽ thu dọn", và trẻ hăng hái thu dọn. Ở đây, trẻ rõ ràng phản ứng trước sự đau buồn của người mẹ theo cách hoàn toàn phức tạp và cố gắng sửa chữa.

Main và George (1985) chứng minh rằng trẻ bị đòn thường có phản ứng khác với trẻ khác khi chúng thấy trẻ khác đau buồn. Các nhà nghiên cứu quan sát hai nhóm trẻ, cả hai nhóm xuất thân từ những gia đình thất thế (mẹ chủ yếu sống vào trợ cấp của nhà nước, còn bố luôn vắng mặt). Trong một nhóm, người ta biết trẻ bị đánh đòn với nhiều mức độ nghiêm trọng khác nhau. Nhóm khác không biết gì về chuyện ngược đãi.

Hai nhóm trẻ được quan sát trong các đợt chăm sóc ban ngày, điều dễ thấy là phản ứng của trẻ trước sự đau buồn của trẻ khác cũng khác nhau. Trẻ không bị ngược đãi thường cố gắng an ủi trẻ khác khi đau khổ, nhưng trẻ bị ngược đãi hiếm khi an ủi như thế. Đôi khi chúng chỉ nhìn hay cố gắng vỗ về cho trẻ nín một cách máy móc. Tuy nhiên, số trẻ này thường thù địch và đe dọa số trẻ khác. Đôi khi chúng bất hòa, thể hiện sự lo sợ hay đau khổ, hay cả hai. trẻ không bị ngược đãi hiếm khi có cử chỉ đe dọa và không hề thể hiện loại đau khổ hay sợ hãi này trong tình huống này.

Điều rõ ràng từ nghiên cứu này là hoàn toàn phát xuất từ nền tảng thất thế chính nó không phải là nguyên nhân gây ra rối loạn trong các mối quan hệ. Trẻ không bị ngược đãi trong nghiên cứu này phản ứng theo cách an ủi, quan tâm giống với trẻ xuất thân từ các gia đình thuộc giai cấp lao động, ổn định hay trẻ xuất thân từ các gia đình trung lưu. Tuy nhiên, trẻ bị ngược đãi phản ứng trước sự đau buồn của trẻ khác giống như cách trẻ bình thường phản ứng trước sự giận dữ – bằng cách lo lắng, bỏ qua hay gây hấn.

Có thể rằng đây là một trong những cách duy trì **chu kỳ ngược đãi**, trong đó trẻ xuất thân từ các gia đình ngược đãi đôi khi ngược đãi con mình khi trẻ lớn. Điều này không phải là không tránh

Bảng 19.2 Phản ứng của trẻ trước sự đau khổ của người khác

Độ tuổi khoảng	**Phản ứng điển hình**
10-12 tháng tuổi	Trẻ con chỉ quan sát sự đau khổ ở người khác. Tuy nhiên, một nửa số trường hợp này, trẻ cũng biểu hiện một số loại đau khổ. Tuy nhiên trẻ không cố gắng an ủi người liên quan.
12-18 tháng tuổi	Trẻ con thể hiện dấu hiệu lo lắng ít hơn khi nhìn thấy người khác đau khổ nhưng thường can thiệp tích cực hơn. Thông thường, trẻ đến gần, vỗ về .
18-24 tháng tuổi	Những nỗ lực này trở nên phúc tạp hơn – trẻ mang đồ vật đến người đau khổ nghĩ rằng đồ vật giúp họ, trẻ đưa ra đề nghị mình có thể làm gì, thể hiện sự đồng cảm bằng từ ngữ, đôi khi bỏ đi và kiếm người thứ ba có thể giúp đỡ, đôi khi cố gắng bảo vệ người đang đau buồn.

Nguồn: Phỏng theo Zahn-Waxler và Radke, 1982.

được: như chúng ta sẽ thấy, nhiều người hồi phục từ sự đau khổ trong kinh nghiệm đầu đời và phát triển mối quan hệ ở người lớn với tâm lý lành mạnh, bình thường. Nhưng có vẻ một số trường hợp xảy ra khi gia đình biểu hiện chu kỳ ngược đãi như thế. Một giả định cho rằng bố mẹ ngược đãi tạo ra các mẫu vai trò, có nghĩa con cái sẽ học cách xem hành vi đau khổ là một dấu hiệu phải phản ứng gây hấn, cũng như bố mẹ ngược đãi ức chế khuynh hướng đồng cảm tự nhiên của con cái, đến lượt chúng tạo ra những kết quả này. Điều này có nghĩa trẻ thực ra không đi đến việc nhận xét sự kiện theo quan điểm của người khác, và điều này liên kết với một số nghiên cứu gần đây về cách trẻ tìm hiểu suy nghĩ của người khác.

ĐẶC ĐIỂM CẠNH TRANH XÃ HỘI

Điều hiển nhiên từ những quan sát do những người tham gia dự án Cambridge đưa ra, và những người khác, cho rằng trẻ thường có hiểu biết xã hội tinh vi hơn trước đây người ta thường nghĩ rất nhiều. Mặc dù trẻ không thể diễn đạt hiểu biết này theo nghĩa giả thuyết – chẳng hạn như bằng cách phản ứng trước một vấn đề do người thí nghiệm đặt ra – tính chất tương tác của trẻ trong gia đình biểu thị rằng trẻ hiểu vấn đề rất rõ và có khả năng áp dụng hiểu biết trong tương tác gia đình.

Tìm hiểu cảm xúc của người khác

Một trong những đặc điểm dễ phân biệt trong nhận thức xã hội của trẻ là trẻ cho thấy có một số hiểu biết về suy nghĩ của người khác. Các nhà nghiên cứu hành vi ở trẻ chẳng hạn như Stern (1977), nhận xét rằng thậm chí trong năm đầu tiên, trẻ có vẻ "hòa hợp" với tâm trạng của người khác, phản ứng trước sự đau buồn cũng như sự tiêu khiển. Khả năng này, Stern gọi là **hòa hợp xúc cảm** thậm chí phát triển nhiều hơn nữa khi trẻ 2, 3 tuổi. Nghiên cứu của Dunn chứng minh rằng trẻ phản ứng đồng cảm với sự đau buồn của bố mẹ hay của anh chị, và thường cố gắng an ủi hay đánh lạc hướng chú ý (Bảng 19.3). Ngoài ra, cả hành vi không bằng lời và nhận xét của trẻ cho thấy trẻ quan tâm sâu sắc các trạng thái xúc cảm, ngày càng tò mò về đau nhức, đau khổ, giận dữ, dễ chịu, an ủi và sợ hãi khi trẻ lớn tuổi.

Mặc dù tìm hiểu cảm xúc của người khác không hẳn có nghĩa trẻ không biết đè xén. Như hầu hết các bà mẹ đều nhanh chóng nhận thấy, trẻ nhỏ thường rất thích thú trong việc chọc ghẹo hay làm anh chị mình lo âu. Mặc dù số trẻ trong nghiên cứu hiểu rõ sự đau khổ, phản ứng theo một trong năm cách: bỏ qua, quan sát, cố an ủi, cười, hay làm cho vấn đề thêm tệ hơn. Việc trẻ sẽ chọn điều nào có vẻ liên quan đến độ tuổi của trẻ. Chẳng hạn, trẻ gần 36 tháng tuổi có khả năng an ủi anh chị của mình hơn, nhất là khi trẻ gây ra sự đau buồn ấy, nhiều hơn số trẻ 18 hay 24 tháng tuổi (Hình 19.5).

Kết luận chung là trẻ trước tuổi đến trường sẵn sàng học cách tìm hiểu cảm xúc của người khác và trẻ thể hiện nhiều sự quan tâm khi tìm hiểu như thế. Trẻ sẽ chọc cười người khác, kể chuyện trong đó cảm xúc của người khác là bộ phận quan trọng nhất, và thậm chí mang tâm trạng cảm xúc của người khác (nhất là cảm xúc

Bảng 19.3 Tìm hiểu cảm xúc của người khác

Gia đình R (nghiên cứu 2). Trẻ 18 tháng tuổi.

Chị ruột đang khóc tức tưởi, úp mặt, nằm trên gối mẹ.

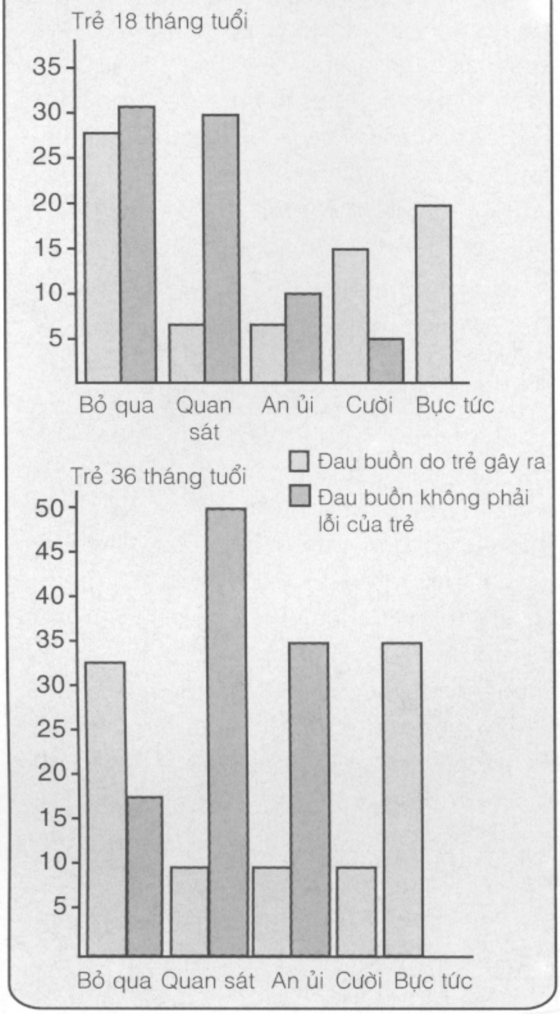
Mẹ đang an ủi. Trẻ quan sát.

Mẹ hỏi: "Kelly gặp chuyện gì?"

Trẻ, tỏ ra quan tâm, cúi xuống, mặt đối mặt với người chị, dùng tay vuốt tóc chị.

Nguồn: Dunn, 1988, © Judy Dunn, 1988

Hình 19.5 An ủi người khác



Nguồn: Phỏng theo Dunn, 1988 © Judy Dunn, 1988

của anh chị. Như thế, trẻ học được về chính trạng thái nhưng cũng hiểu về những văn hóa cụ thể (nói chung thể hiện ở cá nhân người mẹ) nào được chấp nhận và không được chấp nhận khi giải quyết trạng thái. Theo Dunn, tính phản ứng này biểu hiện rằng cho dù lập luận đạo đức trừu tượng là một cách nào đó không có, nhưng qua thời gian, trẻ 3 tuổi có khả năng chăm sóc, kính trọng và tử tế: một nền tảng vững chắc cho sự phát triển xã hội và đạo đức sau này.

Tìm hiểu mục tiêu của người khác

Quan sát trẻ trước tuổi đến trường của Dunn chứng minh rằng trẻ cũng phát triển sự tìm hiểu dự định và mục tiêu cá nhân của người khác. Như Dunn và Kendrick (1982) chứng minh, trẻ có khả năng kết hợp trong trò chơi với anh chị ngay từ rất sớm – trước khi trẻ lên 2. Điều này cần có tính nhạy cảm đối với người khác, có vẻ hơi mâu thuẫn với toàn bộ thái độ tự cho mình là trung tâm trong mô hình của Piaget, và cũng cần tìm hiểu những gì mà trẻ khác dự định làm, để phù hợp trong trò chơi với trẻ khác.

Bảng 19.4 Tìm hiểu mục tiêu của người khác

Ví dụ 1

Gia đình B (nghiên cứu 1). Trẻ 14 tháng tuổi.

Chị bắt đầu ca. Trẻ đi đến thùng đồ chơi, lục lọi, tìm kiếm, mang đến chị hai món đồ chơi, chiếc kèn thổi và chuông.

Trẻ đưa kèn cho chị và ra động tác "thổi" bằng môi.

Ví dụ 2

Gia đình P (nghiên cứu 2). Trẻ 18 tháng tuổi.

Chị đang kể chuyện cổ tích với các con rối.

Trẻ đứng xem, cười.

Trẻ đi đến kệ tìm các con rối khác, phù hợp với vở kịch, mang xuống cho chị.

Nguồn: Dunn, 1988, © Judy Dunn, 1988

Nhiều nhà nghiên cứu hành vi ở trẻ cho thấy trẻ sẵn sàng tham gia vào các trò chơi với mẹ chẳng hạn như "chơi năm mười", gọi "ê ê". Những trò chơi này bao gồm sự phối hợp duy trì giữa mẹ và con, được nghiên cứu với chiều sâu đáng kể (như Bower, 1966; Kaye, 1982). Tất cả những nghiên cứu khác nhau cho thấy rằng vào thời điểm một tuổi, trẻ có khả năng tham gia các trò chơi có từ hai người trở lên cùng hướng về một mục tiêu chung. Vì thế, nền tảng hợp tác đã được hình thành ở trẻ trước tuổi đến trường.

Dunn cùng đồng nghiệp nghiên cứu minh họa trẻ hợp tác trong trò chơi của chị theo cách chứng tỏ rằng trẻ hiểu được mục tiêu của người khác. Một số trẻ thể hiện hiểu biết này từ lúc 14 tháng tuổi (Bảng 19.4, ví dụ 1), nhưng ở trẻ 18 đến 24 tháng tuổi, sự hiểu biết này phổ biến hơn (Bảng 19-4, ví dụ 2). Thật thú vị ở trẻ 24 đến 36 tháng tuổi, sự hiểu biết này không còn phổ biến nữa nhưng vẫn ở cùng mức độ. Mặc dù trẻ khéo léo hơn trong việc hợp tác vào thời điểm này, nhưng có vẻ động cơ thúc đẩy hợp tác của trẻ vẫn ở mức như nhau.

Tìm hiểu nguyên tắc xã hội

Sự phát triển nhận thức xã hội cơ bản đặc trưng khác nổi bật từ nghiên cứu của Dunn, là cách mà trẻ từ một đến ba tuổi phát triển hiểu biết nguyên tắc xã hội của mình. Tương tác với các thành viên khác trong gia đình – không chỉ với mẹ mà còn với anh chị – tạo ra sự hiểu biết ngày càng tinh vi về những gì được phép và không được phép, khi nào áp dụng khi nào không áp dụng nguyên tắc, khái niệm tính trách nhiệm, cách sử dụng lời xin lỗi và bào chữa. Nói cách khác, trẻ ở độ tuổi này không những học hỏi nguyên tắc xã hội mà còn học cách sử dụng chúng, thậm chí vận dụng cho các mục đích của riêng mình. Nhưng đây không phải là hiểu biết thực tế được sử dụng trong nội bộ gia đình – việc rút ra những nguyên tắc trừu tượng hay giải quyết các vấn đề giả thuyết là một vấn đề hoàn toàn khác.

Kết luận của Piaget và các nhà nghiên cứu khác trên cơ sở yêu cầu trẻ giải quyết các minh họa giả thuyết: "câu chuyện" thuộc hình thức này hay hình thức khác. Nghiên cứu ngụ ý rằng nói chung trẻ không thể hiểu được nguyên tắc và quy luật xã hội, nhưng Dunn nghiên cứu trong gia đình và phân tích những tương tác có thật đã diễn ra, nhận thấy khả năng hiểu biết và sử dụng nguyên tắc xã hội của trẻ thực ra phát triển ổn định trong suốt năm thứ 3.

Vào lúc trẻ 2,5 hay 3 tuổi, trẻ thể hiện sự hiểu biết tinh vi các nguyên tắc, uy quyền và trách nhiệm, biểu thị rằng sự lĩnh hội thế giới xã hội của trẻ thực sự tinh vi hơn người ta nghĩ trước đây rất nhiều. Nhận xét của Dunn cho rằng trẻ có khả năng áp dụng những tập hợp nguyên tắc khác nhau một cách thích hợp trong những tình huống khác nhau, và trẻ hiểu

Bảng 19.5 Tìm hiểu nguyên tắc xã hội

Ví dụ 3

Gia đình A (nghiên cứu 3). Trẻ 30 tháng tuổi.

Trẻ (Annie) cùng chị (Carol) nghịch với nước trong vườn, trước đây đã bị cấm, nhưng trẻ vẫn tiếp tục nghịch.

Trẻ nói với chị: "Phải làm cho nước xịt ra".

Chị bảo trẻ: "Làm nước xịt ra ở đầu này". (Kéo đầu vòi khác)

Mẹ vào vườn: "Ai đặt ống nước ở đây?"

Trẻ đáp: "Chị Carol".

Chị nói với mẹ: "Không phải, Annie đặt đấy".

Mẹ bảo cả hai: "Tại sao các con lại đặt ống – mẹ đã gom bỏ vào nhà kho cất rồi mà".

Trẻ nói với mẹ: "Nhưng chị Carol làm đấy".

Chị: "Con không có làm, Annie làm đấy".

Trẻ nói với mẹ: "Chính chị Carol đã làm đấy".

Chị: "Không, chị không có làm" (quay sang mẹ): Không, con không làm, Annie làm mà".

Trẻ nói với mẹ: "Chính chị Carol làm, chính chị Carol làm đấy".

Chị bảo trẻ (quát): "Chị không làm!"

Trẻ nói với mẹ: "Chị Carol đấy!"

Mẹ bảo cả hai: "Thôi được, người nào làm là cô gái hư!"

Chị nói với mẹ: "Chính Annie đấy".

Ví dụ 4

Gia đình H (Nghiên cứu 2). Trẻ 36 tháng tuổi.

Mẹ, chị và trẻ trong bếp. Mẹ đang tổ chức nấu ăn.

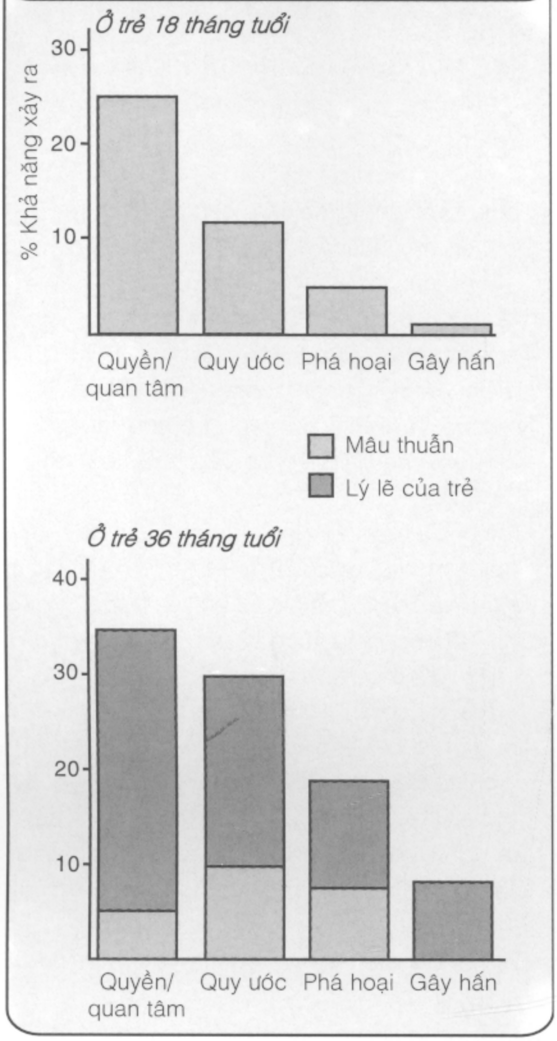
Mẹ: "Hai con có thích rửa tay hay không? ... Đi rửa tay đi các con".

Trẻ: "Thế tại sao mẹ không rửa tay?"

Mẹ: "Chính hai con đang nấu ăn mà".

Nguồn: Phỏng theo Dunn, 1988 © Judy Dunn, 1988

Hình 19.6 Nguồn mâu thuẫn gia đình



vấn đề liên quan đến xã hội rộng hơn cũng như các mẫu trong gia đình cụ thể của chính mình.

Tìm hiểu nguyên tắc xã hội mặc dù không giống như tuân thủ nguyên tắc ấy. Một phần, tìm hiểu nguyên tắc ở trẻ được thể hiện qua cách trẻ sử dụng: tỏ ra thích thú trong việc giả vờ vi phạm khi chơi chung với anh chị, đổ lỗi cho người khác (Bảng 19.5, ví dụ 3), phủ nhận uy quyền của người mẹ bằng cách áp dụng nguyên tắc đối với mẹ (Bảng 19.5, ví dụ 4), v.v...

Có lẽ một trong những chứng cứ đáng kể nhất nổi bật trong nghiên cứu của Dunn là trẻ tìm hiểu nguyên tắc thật nhanh khi bối cảnh có một số ý nghĩa cảm xúc quan trọng cảm xúc đối với trẻ. Khi 18 tháng tuổi, trẻ phát triển khái niệm rõ ràng về quyền của riêng mình, tỏ ra vô cùng giận dữ và cảm xúc khi trẻ cảm thấy những quyền này bị xâm phạm. Ở độ tuổi 36 tháng, những cơn giận dữ có phần nào giảm sút, nhưng trẻ có khuynh hướng lý lẽ, tranh luận vấn đề nhiều hơn. Chúng ta có thể nhận thấy trong Hình 19.6, trẻ tức giận nhất ở những vấn đề mà trẻ lập luận nhiều nhất về sau này. Dunn cho rằng vai trò tham gia cảm xúc trong sự phát triển nhận thức xã hội là vai trò đã bị phớt lờ, tạo ra một yếu tố quan trọng trong việc tìm hiểu cả động cơ thúc đẩy lẫn cơ chế phát triển sự tinh vi ở trẻ trong lĩnh vực này.

THUYẾT SUY NGHĨ Ở TRẺ

Chứng cứ thứ tư trong nghiên cứu Cambridge liên quan đến sự phát triển nhận thức của trẻ về suy nghĩ cũng như tâm trạng của người khác. Sự quan sát này liên kết mật thiết với lĩnh vực nghiên cứu khác về sự phát triển nhận thức xã hội ở trẻ, nghiên cứu cách trẻ phát triển "thuyết Suy nghĩ" giữa độ tuổi 2 và 4. Những gì nghiên cứu của Dunn cho thấy là sự tượng tác gia đình cung cấp một bối cảnh phong phú để phát triển thuyết suy nghĩ ấy. Phần lớn sự phát triển hiểu biết xã hội để lộ qua hành động của trẻ như một nền tảng trẻ phát triển sự tinh vi trong các vấn đề tương tác xã hội.

Tìm hiểu suy nghĩ của người khác có nghĩa là hiểu rằng người khác có thể làm việc gì đó khác với những gì mình đang làm. Nhưng trẻ cũng phát triển **thuyết Suy nghĩ** – khái niệm cho rằng người khác có suy nghĩ độc lập. Phát triển thuyết Suy nghĩ giúp trẻ bắt đầu tìm hiểu người khác và dự đoán người khác có khả năng làm gì và suy nghĩ gì.

Tìm hiểu suy nghĩ giả vờ

Một loạt nghiên cứu tính chất các thuyết suy nghĩ ở trẻ liên quan đến cách trẻ tìm hiểu suy nghĩ giả vờ. Perner, Leekam và Wimmer (1987) chứng minh rằng trẻ 3 tuổi rất khó hiểu rằng người khác đang có suy nghĩ giả vờ. Trong nghiên cứu này, trẻ 3 tuổi được cho xem một hộp Smarties, và được hỏi trẻ suy nghĩ trong hộp đựng gì. Tất cả trẻ đều trả lời "Smarties". Sau đó trẻ được cho xem trong hộp ấy thực ra chỉ có bút chì. Sau đó, đóng hộp, hỏi trẻ một số câu. Thứ nhất, hỏi trẻ trong hộp đựng gì, như để có chắc trẻ còn nhớ tình huống hay không. Điều này không có gì khó – trẻ biết rằng trong hộp đựng bút chì. Sau đó hỏi tiếp trẻ, "các em nghĩ trong hộp đựng gì khi nhìn vào hộp lần đầu tiên?", trẻ cũng trả lời đúng. Sau cùng, yêu cầu trẻ dự đoán điều gì xảy ra nếu một người bạn đang chờ bên ngoài, bước vào và được hỏi trong hộp đựng gì?

Perner *và người khác* nhận thấy trong số 29 trẻ tham gia nghiên cứu, 16 trẻ trả lời đúng trong 2 câu hỏi đầu, nhưng không đoán được suy nghĩ giả vờ của bạn mình. Đối với tôi "trong hộp đựng gì?", trẻ đoán người bạn sẽ trả lời "bút chì". Trẻ thành công trong công việc, nói chung là trẻ lớn tuổi hơn – trẻ từ 3 đến 4 tuổi, chứ không phải ở trẻ 3 tuổi. Các nhà nghiên cứu nhận thấy trẻ nhỏ tuổi hơn có thể báo cáo suy nghĩ giả vờ của chính mình – ban đầu trẻ nghĩ trong hộp đựng Smarties – nhưng thực ra trẻ không hiểu suy nghĩ ấy phát xuất từ đâu, vì thế trẻ không hiểu người khác cũng có suy nghĩ giả vờ ấy.

Tuy nhiên, khi trẻ 4 tuổi, trẻ bắt đầu tinh tế hơn đối với suy nghĩ giả vờ của người khác. Wimmer, Gruber và Perner (1984) nghiên cứu xem trẻ hiểu lời nói dối ra sao và đánh giá đạo đức đối với các khẳng định đúng, sai. Nghiên cứu này bao gồm những câu chuyện trong đó người kể dẫn dắt đến suy nghĩ giả vờ. Câu chuyện điển hình thường gồm 3 búp bê, tượng trưng cho một bé gái lớn tuổi, một bé gái nhỏ tuổi và một bé trai. Câu chuyện như sau: bé gái lớn và nhỏ tuổi đang bước đi qua một bờ tường, bé lớn tuổi nhìn thấy bên kia tường có con sư tử. Bé gái nhỏ chỉ nhìn thấy đuôi sư tử, hỏi bé gái lớn cái gì thế. Bé gái lớn nói dối, đó là con chó. Sau đó, bé trai hỏi bé gái nhỏ đó là con gì, bé gái nhỏ đáp rằng đó là con chó.

Trẻ được trắc nghiệm đầu tiên theo nghĩa liệu có hiểu rằng bé gái nhỏ có suy nghĩ giả vờ hay không. Hầu hết các em cho rằng có. Khi được hỏi, ngay cả trẻ 4 tuổi cũng đánh giá người nói theo chủ ý của họ hơn là theo liệu họ có hành động thật tình hay không, ngụ ý rằng trẻ có khả năng phân biệt giữa chủ ý và thực tế ở mức độ nào đó. Trẻ hiểu rằng bé gái nhỏ không cố ý nói dối trong khi bé gái lớn cố ý.

Nhưng khi trẻ được hỏi liệu bé gái nhỏ có nói dối hay không thì hầu hết các trẻ 4 tuổi cho rằng có. Một số trẻ 6 tuổi cũng thế nhưng trẻ 8 tuổi thì không. Có vẻ trẻ nhỏ tuổi có khái niệm nói dối "thực tế", đánh giá thuần túy theo lời phát biểu có đúng hay không. Trái lại, trẻ lớn tuổi hơn thường đánh giá nói dối tùy theo chủ ý của người nói. Điều này ngụ ý rằng khi trẻ lớn tuổi hơn trẻ sẽ hiểu người khác có suy nghĩ giả vờ tốt hơn.

Perner và Wimmer (1985) chứng minh rằng hiểu biết suy nghĩ của người khác ở trẻ 6 tuổi thậm chí còn tinh vi hơn việc chỉ biết rằng một ai đó đang có ý kiến giả vờ. Trong nghiên cứu này, câu chuyện dành cho trẻ có độ tuổi từ 5 đến 10. Trong câu chuyện, hai nhân vật được cho biết riêng rằng có xe bán kem đang dời đi chỗ khác. Mỗi nhân vật đều biết xe kem đang ở đâu, nhưng không biết người khác cũng biết như thế.

Các nhà nghiên cứu sau đó hỏi trẻ về câu chuyện này, bằng những câu như

"John biết Mary đi đâu để mua kem hay không?". Họ nhận thấy trẻ 6, 7 tuổi có thể suy luận suy nghĩ cấp hai. Nói cách khác, trẻ đoán rằng John nghĩ Mary sẽ đến chỗ cũ để mua kem. Trái lại, trẻ 5 tuổi không thể làm được điều này, ủng hộ quan điểm cho rằng trẻ ngày càng tinh vi hơn trong việc tìm hiểu xã hội khi trẻ lớn tuổi hơn.

Perner (1988) tóm tắt nghiên cứu tìm hiểu suy nghĩ giả vờ ở trẻ khi ngụ ý rằng trẻ có vẻ trực tiếp hòa hợp với các tình huống xã hội nói chung. Chẳng hạn, trẻ có thể trả lời câu hỏi về các trạng thái tâm thần sớm hơn rút ra đánh giá đạo đức, và trước khi trẻ phân biệt giữa các loại suy nghĩ giả vờ khác nhau. Vì thế, ít ra trẻ cũng hiểu rằng tương tác xã hội trên cơ sở hiểu biết trạng thái tâm thần của diễn viên – trẻ có những khởi đầu của thuyết suy nghĩ. Nhưng trẻ cũng ngày càng thành thạo hơn trong việc tìm hiểu những ngụ ý ngày càng phức tạp hơn của thuyết suy nghĩ, và sự thành thạo này có vẻ xuất hiện ở tuổi từ 6 đến 9.

Hiểu biết cảm xúc

Một số nghiên cứu khảo sát cách để lộ cảm xúc ở trẻ, vì che giấu cảm xúc trước người khác cũng bao gồm việc đang có thuyết suy nghĩ. Nghiên cứu của Cole năm 1986 quan sát trẻ từ 3 đến 4 tuổi khi trẻ nhận món quà thật thất vọng (các nhà nghiên cứu biết rằng trẻ sẽ thất vọng khi nhận quà vì trước đó đã hỏi trẻ cho điểm các món quà theo thứ tự thích thú của trẻ). Trong nghiên cứu có hai điều kiện: một số nhận quà có mặt người quan sát trong khi số khác nhận một mình.

Cole nhận thấy khi người khác có mặt thì trẻ thận trọng cố gắng che giấu cảm xúc của mình. Trẻ cố mỉm cười, nói "cám ơn", cho dù trẻ rất thất vọng. Nhưng khi một mình trẻ thoải mái bày tỏ sự thất vọng của mình bằng sự thể hiện trên nét mặt. Điều này ngụ ý rằng trẻ hiểu được phản ứng cảm xúc của mình sẽ làm cho người phát quà nhận biết. Tuy nhiên, dĩ nhiên, trẻ có thể phản ứng theo cách này là do được bố mẹ tập thái độ tốt.

Harris *và người khác*, năm 1986, tiến hành nghiên cứu xem trẻ hiểu sự lừa dối và cảm xúc ra sao. Trong trường hợp này, trẻ được nghe các câu chuyện trong đó nhân vật có vẻ bối rối nhưng cố ra vẻ tươi cười. Chẳng hạn, họ sử dụng câu chuyện như: *"David muốn ra ngoài nhưng đau bao tử. Cậu biết nếu kể cho mẹ nghe mình đau bao tử thì mẹ sẽ không cho cậu ra ngoài. Cậu cố giấu vẻ đau đớn để mẹ cho cậu ra ngoài"*.

Tất cả trẻ đều hiểu cảm giác thật của cậu là gì. Nhưng trẻ 4 tuổi nhận thấy khó mô tả cậu bé giả vờ có cảm giác gì và người khác hiểu cảm giác ấy ra sao. Trái lại, trẻ 6 tuổi có khả năng đoán được hành vi của cậu bé, và cũng nhận biết người lớn chắc chắn bị đánh lừa. Vì thế, trẻ 4 tuổi phát triển thuyết suy nghĩ, ở chỗ có khả năng hiểu được quan điểm của người khác, nhưng trẻ 6 tuổi tinh vi hơn có khả năng đánh giá quan điểm của nhiều người cùng lúc.

Harris (1988) cho rằng những nghiên cứu này ngụ ý rằng trẻ 3, 4 tuổi đặc biệt không hiểu được khoảng cách giữa cảm xúc thực và biểu kiến trong khi trẻ 6 tuổi hiểu được. Chẳng hạn, khi Harris *và người khác* hỏi mẹ của David hiểu hành vi của David như thế nào, họ nhận thấy trẻ 6 tuổi, không giống trẻ 4 tuổi, nhận thấy người khác sẽ bị hành vi của David đánh lừa, và cho rằng cảm giác mà cậu ta thể hiện chứng tỏ cậu đang thực sự có cảm giác gì. Điều này ngụ ý trẻ 6 tuổi có khả năng cùng lúc có 2 quan điểm: những gì đang diễn ra trên thực tế và những gì mang tính biểu kiến đối với người xem. Thêm lần nữa, đây là chứng cứ ngày càng có sự tinh vi trong phát triển thuyết suy nghĩ ở trẻ.

TÍNH TỰ KỶ

Một trong những vấn đề mà trẻ cần giải quyết khi lớn tuổi là phát triển ý thức rõ ràng về mình cũng như ý thức về người khác như những tác nhân chủ động, độc lập. Phát triển thuyết suy nghĩ là một bộ phận quyết định của ý thức này. Trẻ hiểu về người khác rất sớm, có khả năng đoán chắc chắn mình sẽ phản ứng đối với sự kiện ra sao. Tuy nhiên, có một vài trẻ không hề có vẻ có khả năng phản ứng đối với người khác theo cách như thế này. Những trẻ này gọi là **trẻ tự kỷ.**

Tính tự kỷ là một trạng thái hãn hữu, 10.000 trẻ mới có hai đến bốn trẻ bị tự kỷ. Khi được chẩn đoán lần đầu tiên (Kanner, 1943), 4 triệu chứng chính của tính tự kỷ được nhận dạng hiện nay vẫn còn là tiêu chuẩn cơ bản để chẩn đoán, liệt kê trong Bảng 19.6. Kanner đi đến kết luận rằng trẻ tự kỷ gặp khó khăn cảm xúc bẩm sinh, có nghĩa trẻ không thể hình thành mối quan hệ xúc cảm bình thường với người khác giống như trẻ bình thường.

Bảng 19.6 Tiêu chuẩn đánh giá tính tự kỷ thời thơ ấu

1. *Không thể hình thành mối quan hệ với người khác.*
   Trẻ con tự kỷ không có vẻ quyến luyến hay hình thành mối quan hệ, có vẻ giữ khoảng cách với người khác.
2. *Không có đùa giỡn tự phát, nhất là trò chơi giả vờ.*
   Trẻ con tự kỷ hiếm khi khởi đầu trò chơi mặc dù đôi lúc cũng phản ứng đối với các trẻ khác. Nói chung trẻ không có vẻ sử dụng trí tưởng tượng.
3. *Tính bất thường nghiêm trọng trong sự phát triển ngôn ngữ và giao tiếp.*
   Một số trẻ con tự kỷ không hề tập nói, chỉ đơn thuần lặp lại những gì người khác nói với trẻ. Số trẻ khác tập nói nhưng không học cách thay đổi đại từ, vì thế trẻ sử dụng các nhóm từ mà người khác nói với trẻ. Điều này có nghĩa trẻ tự kỷ thường tự nói với mình như "you" và xem mẹ mình là "I", vì mẹ thường dùng đại từ như thế khi nói với trẻ.
4. *Sự nhất quyết ám ảnh thói quen hay quan tâm cụ thể.*
   Trẻ con tự kỷ thường có vẻ rất gắn bó với các phương pháp làm việc theo thói quen, có hệ thống, hoàn toàn lặp đi lặp lại và rất đau khổ nếu phá vỡ những thói quen này.

Nguồn: Phỏng theo Kanner, 1943

Hiểu dấu hiệu cảm xúc

Tuy nhiên, Sigman *và người khác* (1986) chứng minh rằng trẻ tự kỷ không hẳn là không có cảm xúc. Khi được cách ly với mẹ hay người nuôi dưỡng một thời gian ngắn trẻ hành động giống như trẻ bình thường – trẻ di chuyển đến mẹ gần hơn, đụng chạm người mẹ nhiều hơn và có vẻ lo âu khi mẹ vắng mặt. Lúc đó không phải cho rằng trẻ không có cảm xúc. Thay vào đó, Harris (1988) cho rằng vấn đề nằm ở sự bất lực của trẻ là không hiểu được dấu hiệu cảm xúc ở người khác. Trẻ tự kỷ không có thuyết suy nghĩ giúp trẻ hiểu và phản ứng với người khác.

Hobson (1986) cho trẻ tự kỷ xem băng video trong đó xúc cảm tiêu chuẩn như hạnh phúc, giận dữ, lo sợ và đau buồn được thể hiện theo nhiều cách khác nhau: bằng nét mặt, điệu bộ, âm thanh và mô tả sự kiện rất có thể mang lại cảm xúc ấy. Trẻ xem băng, sau đó được cho xem 5 bức vẽ thể hiện nét mặt. Yêu cầu trẻ chọn ra bức vẽ nào phù hợp với băng đã xem lúc nãy. Chẳng hạn, nếu trẻ nhìn thấy một người có vẻ rất hạnh phúc thì trẻ sẽ chọn ra bức vẽ thể hiện một người trông có vẻ hạnh phúc.

Hobson nhận thấy trẻ tự kỷ có thể thực hiện công việc này hoàn toàn dễ dàng nếu trẻ phối hợp điều kiện giống nhau. Vì thế nếu trẻ nhìn thấy thể hiện trên nét mặt trong băng và được yêu cầu chọn ảnh thể hiện nét mặt thì trẻ không gặp khó khăn khi phối hợp công việc. Tuy nhiên, khi được yêu cầu liên kết với một số đặc điểm khác như liên kết âm thanh rên rỉ, thở dài với bức ảnh một người trông có vẻ bất hạnh thì trẻ tự kỷ phạm rất nhiều sai lầm. Thật ra, trẻ thực hiện tệ hơn trẻ gặp chứng khó đọc rất nhiều hay tệ hơn trẻ bình thường. Hobson cho rằng sự bất lực không hiểu được dấu hiệu cảm xúc của người khác có thể là nguyên nhân trực tiếp gây ra triệu chứng lạ thường khác ở trẻ tự kỷ.

Tính tự kỷ và thuyết suy nghĩ

Những nghiên cứu khác về trẻ tự kỷ chứng minh rằng thực ra trẻ không có thuyết suy nghĩ. Nghiên cứu của Leslie và Frith (1988) bao gồm tình huống trong đó trẻ tự kỷ ở trong phòng cùng với 2 người thí nghiệm. Trong tầm nhìn của trẻ, người ta đặt đồng xu vào một nơi khuất trên bàn. Khi một người thí nghiệm bước ra khỏi phòng, dời đồng xu đi – nhưng cũng nằm trong tầm mắt của trẻ. Sau đó hỏi trẻ "em có nghĩ So-and-so [người thí nghiệm kia] sẽ tìm đồng xu khi họ trở lại hay không?"

Leslie và Frith nhận thấy, không giống trẻ bình thường, trẻ tự kỷ được trắc nghiệm bằng cách này sẽ gọi tên chỗ đặt đồng xu chứ không phải là chỗ nơi người thí nghiệm dời đồng xu đi. Nói cách khác, trẻ có vẻ khó khăn khi tưởng tượng điều gì đang diễn ra trong suy nghĩ của người khác. Tuy nhiên các trẻ khác không gặp khó khăn.

Baron-Cohen, Leslie và Frith (1986) yêu cầu trẻ tự kỷ xếp các bức ảnh theo thứ tự. Khi được yêu cầu xếp các loạt ảnh đơn giản bao gồm sự kiện cụ thể như một người đá tảng đá cuội lăn xuống đồi, rơi xuống nước thì trẻ không gặp khó khăn nhưng khi công việc bao gồm chủ ý hay tìm hiểu trạng thái suy nghĩ giống như một loạt ảnh cho thấy hình cậu bé lấy cắp thú nhồi bông của bé gái trong khi bé gái quay lưng, sau đó phát hiện thú bị mất thì trẻ tự kỷ không thể hoàn tất công việc. Trẻ bình thường không gặp khó khăn nhưng trẻ tự kỷ có vẻ không thể hiểu câu chuyện ra sao.

Suy nghĩ và mong muốn

Harris và Muncer (1988) nghiên cứu tìm hiểu suy nghĩ và mong muốn ở trẻ tự kỷ lẫn trẻ bình thường. Trong một số câu chuyện, 2 trẻ, John và Mary, được mô tả có mong muốn khác nhau: John muốn đi hội chợ trong khi Mary muốn đi bơi chẳng hạn. Những câu chuyện này nhằm mục đích khảo sát tìm hiểu **mong muốn** ở trẻ. Trong các câu chuyện khác, 2 trẻ mong đợi sự việc xảy ra khác nhau: Mary mong đợi cả hai đi ăn kem trong khi John nghĩ đến một thanh sô-cô-la. Những câu chuyện này nhằm mục đích nghiên cứu sự tìm hiểu **suy nghĩ.** Cuối câu chuyện, người mẹ thông báo điều gì sẽ diễn ra. Mỗi lần, một trẻ này, chứ không phải trẻ khác, khẳng định mong muốn hay suy nghĩ ở trẻ.

Sau đó trẻ được hỏi nhân vật nào đúng và liệu nhân vật có hài lòng với kết quả hay không. Vì trẻ tự kỷ, tuổi trung bình 11 có mức độ trí năng bằng lời giống như trẻ 5 tuổi bình thường. Harris và Muncer so sánh hiểu biết những câu chuyện này của trẻ với một nhóm kiểm soát gồm trẻ 5 tuổi bình thường. Mặc dù lớn tuổi hơn, nhưng trẻ tự kỷ thực hiện tệ hơn trẻ 5 tuổi ở cả hai công việc. Trẻ cũng rất kém trong việc đánh giá suy nghĩ và mong muốn.

Hiểu người khác chắc chắn suy nghĩ gì là một phần quan trọng trong tương tác xã hội hàng ngày. Tìm hiểu mong muốn của người khác là phần quan trọng trong việc liên hệ với người khác. Vì trẻ tự kỷ có vẻ không có khả năng thực hiện cả hai công việc này, Harris (1988) cho rằng không có thuyết suy nghĩ là một khiếm khuyết nhận thức xã hội – một trở ngại trong việc tìm hiểu tương tác xã hội ở trẻ – nằm ở tâm điểm triệu chứng tự kỷ, có thể phát sinh thành các triệu chứng khác đã được quan sát.

Tất cả những nghiên cứu này về thuyết suy nghĩ ở trẻ cho chúng ta thấy hiểu biết xã hội của trẻ tinh vi hơn các lý thuyết gia trước đây thường nghĩ. Perner (1988) cho rằng trẻ trực tiếp hòa hợp với các tình huống xã hội: trẻ có khả năng trả lời câu hỏi về các trạng thái tâm thần rất lâu trước khi đánh giá đạo đức và cũng trước khi trẻ phân biệt giữa các loại suy nghĩ giả vờ khác nhau. Ngay từ nhỏ, trẻ đã có nhận thức xã hội ủng hộ cho sự phát triển thuyết suy nghĩ sau này. Bản thân thuyết suy nghĩ đôi khi xuất hiện ở trẻ từ 3 đến 4 tuổi, và hình thức hiểu biết xã hội ấy ngày càng tinh vi và phức tạp hơn trong suốt thời thơ ấu.

PHÁT TRIỂN ĐẠO ĐỨC

Harris (1988) cho rằng chứng cứ về sự phát triển nhận thức ở trẻ cũng có ngụ ý tìm hiểu sự phát triển đạo đức. Ông cho rằng đánh giá đạo đức ở trẻ gắn bó chặt chẽ với cách hiểu cảm xúc của người khác, và đến lượt hiểu biết này cho rằng hiểu biết nhận thức xã hội, nhất là thuyết suy nghĩ mà trẻ áp dụng khi tương tác với người khác là một khía cạnh quan trọng trong phát triển đạo đức.

TÌNH BẠN Ở TRẺ CON

Tình bạn mà trẻ hình thành cũng là một nền tảng quan trọng đối với sự phát triển đạo đức ở trẻ. Từ lúc trẻ bắt đầu đi học, trẻ hình thành tình bạn với bạn bè cùng lứa tuổi. Youniss (1980) báo cáo nghiên cứu phỏng vấn qui mô rộng ở trẻ có độ tuổi khác nhau. trong những phỏng vấn này, trẻ kể chuyện theo cách để cho số trẻ khác hiểu rằng người khác thích mình. Trẻ trong câu chuyện ở cùng độ tuổi với trẻ đang được phỏng vấn, vì thế người ta cho rằng những câu chuyện này tiết lộ một điều gì đó về hiểu biết tình bạn của chính trẻ.

Youniss nhận thấy một số chủ đề đặc biệt nổi bật từ những câu chuyện do trẻ ở các nhóm độ tuổi khác nhau kể. Trẻ từ 6 đến 8 tuổi có các câu chuyện liên quan đến việc cho và chia sẻ nhất là sở hữu đáng giá như đồ chơi hay kẹo. Những câu chuyện như thế cũng bao gồm việc "chơi đẹp", và những khái niệm như thế rõ ràng lấy từ sự tương tác ở người lớn. Khi trẻ được yêu cầu thể hiện mức độ thích mạnh hơn thì số trẻ này thường đưa ra đề nghị bao gồm việc gia tăng số lượng món đồ có chung.

Từ 9 đến 11 tuổi, trẻ để ý đến sự không bình đẳng nhiều hơn và bàn đến việc chia sẻ để cân bằng địa vị. Chẳng hạn: "trong một lớp nếu có bạn không có bút hay sách, bạn nên cho họ". Câu chuyện của trẻ nhấn mạnh rằng sự nhận biết tình bạn luôn bao gồm sự san bằng sự không bình đẳng. Ở trẻ từ 12 đến 14 tuổi thường nói nhiều về sự ủng hộ tâm lý dành cho bạn bè hơn là trao đổi vật chất: đồ chơi, sách hay bút chì. Đối với trẻ trong nhóm tuổi này, tình bạn có thể biểu hiện bằng cách không chế ngạo bạn mình có hành động ngớ ngẩn hay bằng cách an ủi người khác, hay cho họ lời khuyên.

Youniss cho rằng sự khác nhau trong những chủ đề này cho thấy trẻ ngày càng nhận thức nhu cầu và yêu cầu của cá nhân. Điều này được nhấn mạnh theo cách mô tả thay đổi từ lĩnh vực vật chất cụ thể sang tâm lý, và bằng việc ngày càng nhận thức sự không bình đẳng và không nhất quán trong cơ hội. Mô tả của trẻ cũng thể hiện tính tương hỗ ngày càng tăng – nhận biết rằng tình bạn mang tính tương hỗ, có qua có lại chứ không phải là công việc một chiều – khi trẻ lớn tuổi hơn.

Selman (1980) cũng nghiên cứu cách trẻ nhận xét về tình bạn, thời điểm này sử dụng tiếp cận của Piaget, bằng cách áp đặt trẻ vào tình huống khó xử và hỏi cách giải quyết ở nhiều trẻ với các độ tuổi khác nhau. Tình huống khó xử là: *"Debby và Cathy là bạn thân từ khi 5 tuổi. Bạn gái mới Jeanette mời Cathy xem xiếc. Debby không thích Jeanette, cô cho rằng bạn ấy thích phô trương. Vậy Cathy nên làm gì?"*

Selman phân tích chủ đề nổi bật trong câu trả lời của trẻ. Phân tích này cho thấy một loạt các bước trong nhận thức về tình bạn của trẻ. Các mức độ tình bạn được Selman nhận dạng từ phản ứng của trẻ trước vấn đề được liệt kê trong Bảng 19.7. Nhưng bảng thể hiện, Selman không nhận dạng độ tuổi đối với những mức độ tình bạn này, nhấn mạnh rằng điều này tùy vào dải kinh nghiệm của riêng trẻ và trẻ có khả năng hồi tưởng kinh nghiệm ấy nhiều hay ít.

Nghiên cứu của cả Selman lẫn Youniss cho thấy ngày càng có sự tinh vi trong hiểu biết tình bạn của trẻ khi trẻ lớn hơn nhất là theo nghĩa nhận biết về yêu cầu của bối cảnh xã hội và quy ước xã hội rộng hơn. Sự hiểu biết ngày càng tăng này liên kết với các khía cạnh khác trong nhận biết xã hội ngày càng tăng của trẻ.

Bảng 19.7 Nhận thức tình bạn ở trẻ

Mức độ 0

Tình bạn được xem là nhất thời, hoàn toàn trên cơ sở sự gần gũi địa lý.

Ví dụ:

Nếu Cathy quen với Debby vào lúc ấy, cũng thích hợp – không có ý kiến cụ thể về suy nghĩ của người khác.

Mức độ 1: Giúp đỡ một chiều

Trẻ con nói về giúp đỡ một chiều và tình bạn lâu dài – ưu điểm giảm bớt mâu thuẫn. Ngày càng nhận thức nhiều hơn rằng mâu thuẫn có ảnh hưởng tâm lý như một quan điểm rất giản đơn về cách loại trừ những ảnh hưởng ấy.

Ví dụ:

Cathy được mong đợi sẽ tặng quà cho Debby để bù cho suy nghĩ không tốt của cô ấy về chuyện Cathy đi xem xiếc với Jeanette.

Mức độ 2: Hợp tác tốt đẹp hai chiều

Giải pháp cho tình trạng khó xử bao gồm việc thu hút trách nhiệm của mỗi người. Trẻ con ở mức độ này thường xem những mức độ thân mật khác nhau trong các đôi bạn khác nhau là yếu tố vô cùng quan trọng, và nói về người bạn thân nhất (Selman mô tả điều này mang tính điển hình của giai đoạn tiền thanh niên).

Ví dụ:

Cathy được nghĩ phải trình bày quan điểm của cô cho Debby biết, cố làm cho Debby thay đổi suy nghĩ về tình hình.

Mức độ 3: Mối quan hệ chia sẻ hỗ tương, thân mật

Tình bạn ở mức độ này sâu sắc và bền vững hơn. Mâu thuẫn không nhất thiết được xem là điều xấu vì mâu thuẫn được xem có khả năng hàn gắn hay làm mối quan hệ thêm gắn bó. Trẻ con thường phủ nhận các giải pháp giả tạo và thừa nhận rằng mối quan hệ dài hạn theo một trật tự khác hẳn mối quan hệ chuyển tiếp, ngắn hạn, vì thế đòi hỏi hành vi phải tôn trọng các mối quan hệ dài hạn nhiều hơn nữa.

Ví dụ:

Trẻ con thường nhận thức rằng mâu thuẫn là điều gì đó liên quan đến chính mối quan hệ. Chẳng hạn, một số trẻ xem mâu thuẫn liên quan đến nhân cách, trẻ xem cách giải quyết mâu thuẫn là sự thay đổi nhân cách. Vì thế đề nghị thông thường là bạn gái mới, Jeanette nên cố gắng ít phô trương.

Mức độ 4: Tình bạn giữa cá nhân với nhau, tự chủ

Ở mức độ này, trẻ con nhận biết rằng có những hạn chế trong tình tương hỗ, đôi khi thậm chí một mối quan hệ dài hạn, mặc dù có thể là quan trọng, cần được hủy bỏ theo yêu cầu tự chủ và chọn lựa cá nhân.

Ví dụ:

Trẻ con biết rằng chỉ vì Debby và Cathy làm bạn với nhau từ lúc 5 tuổi không hẳn có nghĩa là Cathy có quyền bảo Debby phải làm gì. mâu thuẫn được xem làm nổi bật điều này và tạo cơ hội cho Debby hành động theo cách của riêng mình.

THUYẾT PHÁT TRIỂN ĐẠO ĐỨC CỦA PIAGET

Như chúng ta đã biết, thuyết giai đoạn phát triển chi phối nghiên cứu tâm lý học một khoảng thời gian, và sự phát triển đạo đức không phải là ngoại lệ. Có hai thuyết giai đoạn quan trọng trong lĩnh vực tâm lý học phát triển này: một của Piaget đề xuất năm 1932, một của Kohlberg đưa ra năm 1969. Mỗi thuyết nhấn mạnh khái niệm giai đoạn khác nhau trong sự phát triển hiểu biết tình huống và vấn đề đạo đức ở trẻ.

Như chúng ta đã biết trong đầu chương này, Piaget sử dụng kỹ thuật phỏng vấn lâm sàng để tìm hiểu trẻ ở các độ tuổi khác nhau hiểu thế giới của mình ra sao. Khi nghiên cứu phát triển đạo đức, ông sử dụng hai tuyến đặt vấn đề chính. Một trong số này là yêu cầu trẻ giải thích cách chơi bắn bi. Vì đây là trò chơi truyền từ trẻ này sang trẻ khác, hiếm khi được người lớn dạy, nên Piaget cho rằng sẽ bổ ích khi minh họa một số cách cơ bản trong đó trẻ hiểu được những khái niệm như "tính công bằng" hay áp dụng luật chơi.

Kỹ thuật thứ hai của Piaget áp dụng và cũng là kỹ thuật được nhiều người điều tra áp dụng là đưa cho trẻ một vấn đề phát sinh từ câu chuyện hay tình huống hỏi trẻ xem trong trường hợp như thế điều gì đúng. Một trong những câu chuyện mà ông sử dụng chẳng hạn kể về một cô gái lấy kéo của mẹ nghịch, vô tình làm áo thủng lỗ. Bằng cách thay đổi kết quả trong câu chuyện, như mức độ thiệt hại và liệu trẻ có được mô tả là không vâng lời hay không (bị cấm chơi kéo), Piaget có thể nhận dạng điều gì có thể là một số trong những yếu tố chính trong đánh giá đạo đức ở trẻ.

Năm 1932, Piaget cho rằng sự phát triển đạo đức ở trẻ con trải qua 3 giai

Bảng 19.8 Các giai đoạn phát triển đạo đức của Piaget

1. ***Thuyết hiện thực đạo đức:*** *Cho đến 7 hay 8 tuổi* trong giai đoạn này, đánh giá đạo đức của trẻ, hoàn toàn phản ánh những gì được người lớn cho phép. Trẻ đánh giá hành động là "xấu" nếu không được phép và không cố gắng tìm kiếm quá giới hạn chủ ý làm nền tảng cho hành vi hay những vấn đề chung chung hơn. Khi được đưa ra vấn đề trong đó trẻ con phải chọn giữa việc tìm kết quả "công bằng" trong tình huống hay phải nghe lời bố mẹ, thì những trẻ nhỏ tuổi này cho rằng về đạo đức điều thích hợp nên làm là phải nghe lời bố mẹ.
2. ***Chủ nghĩa quân bình:*** *Từ 8 đến 11 tuổi* trẻ con trong giai đoạn này sẽ chọn giải pháp công bằng nhất, cách xử lý quân bình nhất đối với mọi người tham gia. Chính trên cơ sở này một hành động được đánh giá là đúng hay sai về đạo đức. Thái độ tự cho mình là trung tâm được giảm bớt đến mức trẻ con nhận thấy nhu cầu của người khác cũng quan trọng và các loại đánh giá đạo đức của trẻ phản ánh điều này.
3. ***Tính công bằng:*** *Từ 11 tuổi trở đi* trẻ con lúc này phát triển vượt khỏi những giải pháp quân bình giản dị thái quá khi hiểu biết xã hội của trẻ tinh vi hơn, trẻ con bắt đầu nhận thấy không phải tất cả nhu cầu của người khác đều giống nhau. Theo Piaget, vào lúc này, trẻ bắt đầu phát triển khái niệm **tính công bằng:** chẳng hạn, một số người cần có phần chia lớn hơn để bù cho thực tế lúc khởi đầu họ không giống nhau. Đánh giá sự thích hợp về đạo đức và công bằng phải phản ánh điều này, để đảm bảo rằng giải pháp được phát triển sau cùng và thích hợp.

Nguồn: Phỏng theo Piaget, 1932

đoạn chính, phản ánh các loại phát triển nhận thức khác thể hiện ở trẻ. Các giai đoạn mà ông nhận dạng được mô tả trong Bảng 19.8, và cho thấy hiểu biết của trẻ con về tính chất đạo đức của vấn đề mà Piaget trình bày ngày càng phức tạp khi kinh nghiệm của trẻ trong thế giới càng tăng.

Phát triển đạo đức như sự thay đổi dần dần

Tuy nhiên, điều quan trọng nên nhớ mặc dù Piaget bàn về các giai đoạn, nhưng ông không xem sự phát triển đạo đức xảy ra với một chuỗi những sự gián đoạn đột ngột. Thay vào đó, ông xem đó là sự phát triển dần dần từ **đạo đức dị trị,** tùy vào các nguyên tắc hay quy luật bên ngoài thành **đạo đức tự chủ** do cá nhân quyết định áp dụng nguyên tắc đúng sai nội bộ hóa, của riêng mình. Giống như các giai đoạn phát triển nhận thức, Piaget xem sự phát triển trong suy nghĩ đạo đức này như kết quả của sự giảm dần **thái độ cho mình là trung tâm** trong suy nghĩ của trẻ.

Trẻ con bắt đầu từ một quan điểm hoàn toàn tự cho mình là trung tâm, và chỉ dần dần chấp nhận rằng thế giới bên ngoài có sự tồn tại độc lập. Theo Piaget, hiểu biết ban đầu về thế giới bên ngoài của trẻ vì thế tương đối hạn chế, có khuynh hướng được diễn tả theo nghĩa ứng dụng các quy luật và nguyên tắc bên ngoài một cách cứng nhắc. Nhưng khi trẻ con bắt đầu có khả năng lệch tâm, nhận xét vấn đề từ quan điểm của người khác thì trẻ bắt đầu phát triển một quan điểm phức tạp hơn về quá trình lập luận đạo đức cho đến khi sau cùng trẻ có thể ra quyết định tự chủ về các tình huống cụ thể.

Chúng ta nhận thấy ở điểm này quan điểm của Piaget không phù hợp lắm với nghiên cứu phát triển thuyết suy nghĩ – ít nhất dưới dạng độ tuổi mà trẻ được cho là có khả năng tiến hành một số loại lập luận nào đó. Một vấn đề có thể là Piaget nghĩ rằng trẻ có khả năng *giải thích* lý do tại sao mình có quyết định cụ thể. Đây thường là công việc khó khăn thậm chí đối với người lớn nhất, là vì được yêu cầu giải thích một điều gì đó thường được xem phải có ý nghĩa xã hội ẩn khi được yêu cầu biện minh. Điều này làm trẻ khó khăn hơn khi sau đó cá nhân tìm lời giải thích mà người khác sẽ chấp nhận, có thể vì lý do này mà trẻ nhỏ tuổi hơn trong nghiên cứu của Piaget thường suy luận quy luật và nguyên tắc bên ngoài quá quyết hơn.

THUYẾT PHÁT TRIỂN ĐẠO ĐỨC CỦA KOHLBERG

Một thuyết giai đoạn phát triển đạo đức thứ hai, tinh vi hơn do Kohlberg (1969) đề xuất. Như Piaget, Kohlberg phát triển một loạt các vấn đề đặt ra cho trẻ, yêu cầu trẻ quyết định liệu hành động liên quan đúng hay sai. Một trong những minh họa nổi tiếng nhất của Kohlberg là chuyện kể một người đàn ông vào cửa hàng của một người bán thuốc để lấy cắp thuốc cần thiết cho người vợ đang hấp hối ở nhà. Kể cho trẻ nghe tình huống này, sau đó yêu cầu trẻ đánh giá hành động của người đàn ông lấy cắp ấy là đúng hay sai. Bằng cách hỏi trẻ ở nhiều độ tuổi khác nhau, Kohlberg nhận dạng 3 giai đoạn phát triển đạo đức chính như Piaget đã làm. Những giai đoạn này được mô tả trong Bảng 19.9.

Như Piaget, Kohlberg cho rằng mỗi giai đoạn trong số này tượng trưng cho sự chuyển tiếp liên tục: suy nghĩ của trẻ trong phần đầu của giai đoạn khác với phần sau. Theo Kohlberg, trẻ phát triển từ một trạng thái trong đó đánh giá đạo đức hoàn toàn trên cơ sở tránh bị hình phạt sang một trạng thái trong đó cá nhân có thể áp dụng các khái niệm đạo đức thịnh hành tùy theo đánh giá tự chủ của riêng mình. Điều này, theo Kohlberg tượng trưng hình thức lập luận đạo đức cao nhất.

Bảng 19.9 Các giai đoạn phát triển đạo đức của Kohlberg

Giai đoạn 1: *Giai đoạn tiền đạo đức*

Trẻ con nhận biết sự tuân thủ các nguyên tắc là bộ phận quan trọng nhất trong sự đúng đắn về đạo đức.

Phần 1 Về ban đầu được xếp theo nghĩa nhu cầu tránh hình phạt, trẻ cho rằng điều quan trọng là phải vâng lời nếu không sẽ gặp rắc rối.

Phần 2 Khi trẻ trải qua suốt giai đoạn, tiêu điểm thay đổi: chứ không phải tránh hình phạt do không nghe lời, trẻ con nhận biết những việc tốt xảy ra do kết quả vâng lời. Đánh giá đạo đức vẫn hoàn toàn trên cơ sở sự cấm đoán hay mệnh lệnh từ bên ngoài nhưng lập luận giải thích tại sao nên vâng lời những mệnh lệnh như thế trở nên tinh vi hơn khi trẻ tiến bộ trong suốt giai đoạn.

Giai đoạn 2: *Đạo đức quy ước*

Vào lúc này, đánh giá đạo đức được hình thành theo nghĩa sự nhất trí của xã hội: trẻ phù hợp ra sao với những gì "nên làm".

Phần 1 Trong phần đầu giai đoạn này nhấn mạnh đến chủ ý: hành động được đánh giá xấu hay tốt tùy vào chủ ý của cá nhân.

Phần 2 Trong phần hai giai đoạn này, trẻ con đi đến việc tập trung nhiều hơn vào các điều tốt chung chung, hành động được đánh giá xấu hay tốt theo nghĩa nhu cầu xã hội rộng hơn nói chung. Nếu trẻ phá hoại hay làm thương tổn đến xã hội theo cách nào đó thì sẽ được đánh giá là không đúng về đạo đức.

Giai đoạn 3: *Đạo đức tự chủ*

Trong giai đoạn này trẻ con bắt đầu xuyên suốt qua các tính phức tạp thuộc quy ước xã hội và trách nhiệm cá nhân, dần dần phát triển hình thức lập luận đạo đức nội bộ hóa, tự chủ.

Phần 1 Có nhận thức ngày càng tăng rằng nguyên tắc và quy luật xã hội khác nhau, và một số nhóm người có quan niệm khác nhau cho rằng điều này đúng chứ không phải điều khác. Trẻ con – hay đúng ra là thanh niên – cũng phát triển quan niệm cho rằng có nhiều nguyên tắc đúng sai cơ bản chung hơn và tìm hiểu cách hoạt động theo nghĩa nguyên tắc và qui luật. Điều này thường gợi ra sự quan tâm đến việc một nguyên tắc có vẻ sai nhưng được thay đổi bằng cách nào phù hợp với nguyên tắc và quá trình thích hợp để cho tốt hơn.

Phần 2 Phần 2 của giai đoạn này tiếp tục sự phát triển này và đi đến việc nhận dạng các nguyên tắc công bằng trừu tượng, phổ biến, có thể áp dụng chung chung nhưng cũng tính đến quy ước khác nhau và xã hội đa nguyên.

Nguồn: Phỏng theo Kohlberg, 1969

TIẾP CẬN PHÁT TRIỂN ĐẠO ĐỨC NHẬN THỨC XÃ HỘI

Cả thuyết phát triển đạo đức của Piaget lẫn Kohlberg đều cho rằng trẻ dần dần trải qua những giai đoạn này, giống như một kết quả tự nhiên trong sự phát triển nhận thức cá nhân của trẻ. Nhưng trong nhiều khía cạnh, cả hai ít chú ý đến bối cảnh xã hội trong đó kinh nghiệm của trẻ được ấn định, và có vẻ không đồng ý với việc sự tinh vi trong nhận thức xã hội ở trẻ ngày càng tăng. Nghiên cứu gần đây hơn về nhận thức xã hội đang phát triển ở trẻ đã tìm hiểu cách trẻ phát triển khái niệm đạo đức do hiểu biết về thế giới xã hội ngày càng tinh vi hơn.

Tìm hiểu sự sai trái

Smetana (1981) nghiên cứu trẻ 3, 4 tuổi hiểu "sự sai trái" ra sao. Trẻ con được cung cấp mô tả một trẻ con khác đang làm những việc sai trái – đặt đồ chơi không đúng chỗ, lấy táo của trẻ con khác, không đọc kinh cầu nguyện trước bữa ăn, đánh trẻ con khác, v.v... Một số vấn đề là **phạm lỗi đạo đức** – hành động vi phạm nguyên tắc đạo đức, chẳng hạn hành động liên quan đến trộm cắp hay gây hấn. Mặc dù những phạm lỗi khác là **phạm lỗi quy ước** – vi phạm nguyên tắc ở mức độ nhẹ hơn trong sự ngăn nắp hay các quy ước tương tự.

Smetana nhận thấy trẻ rất nhạy cảm đối với sự khác nhau này. Trẻ đánh giá vi phạm đạo đức nghiêm trọng hơn vi phạm quy ước. Vì thế, khi đánh giá việc đánh trẻ khác, trẻ mô tả hành động ấy là rất xấu nhưng khi trẻ đánh giá việc đặt đồ chơi sai chỗ, trẻ mô tả đó là hành động không đến nỗi tệ lắm. Trẻ trong nghiên cứu của Smetana cũng khăng khăng cho rằng phạm lỗi đạo đức như đánh trẻ khác hay lấy cắp đồ vật có lẽ là sai, cho dù có nguyên tắc về hành động này hay không. Nhưng trong trường hợp phạm lỗi nhẹ hơn, như đặt đồ chơi sai chỗ, trẻ có khả năng cho rằng những hành động này chỉ sai nếu như có nguyên tắc phản đối – nếu không có nguyên tắc thì trẻ vẫn đúng, điều này ngụ ý rằng ngay cả ở trẻ 3, 4 tuổi đã có sự hiểu biết tinh vi về các loại phạm lỗi hay "sai trái" khác nhau.

Tìm hiểu các loại hành động sai trái khác nhau có vẻ phát triển bất kể kinh nghiệm cá nhân trẻ đang có. Smetana, Kelly và Twentyman (1984) nghiên cứu trẻ từng trải những tương tác trong gia đình khác hẳn nhau. Một nhóm bị ngược đãi, nhóm khác bị bỏ mặc, một nhóm kiểm soát gồm những trẻ theo nhận xét của các nhà nghiên cứu nhóm này không bị ngược đãi. Các nhà nghiên cứu chắc chắn rằng trong những khía cạnh khác như nền tảng kinh tế, xã hội gia đình của trẻ đều như nhau. Nhưng tất cả ba nhóm trẻ đi đến kết luận rất giống nhau về tính nghiêm trọng của phạm lỗi đạo đức, và về tính chất tương đối không quan trọng khi phạm lỗi quy ước xã hội. Có sự nhất trí rất dứt khoát về loại phạm lỗi nào nghiêm trọng và loại nào không nghiêm trọng.

Tương tự, Song, Smetana và Kim (1987) nghiên cứu đánh giá đạo đức trẻ trước tuổi đến trường ở Triều Tiên và nhận thấy có kết quả rất giống. Tất cả đều đánh giá đánh trẻ khác là sai bất kể điều này có bị cấm hay không trong khi trẻ cho rằng phạm lỗi quy ước như cắn móng tay của trẻ khác là đúng trừ phi có một nguyên tắc rõ ràng phản đối.

Phản ứng từ người lớn

Làm thế nào trẻ biết hành động nào là sai và hành động nào được xã hội chấp nhận? Một cách tìm hiểu là nghiên cứu bố mẹ phản ứng với hành động của con ra sao, để xem nếu phản ứng cung cấp cho trẻ một lời hướng dẫn hành động nào chấp nhận được và hành động nào không nên làm. Chẳng hạn, người ta nghĩ rằng trẻ sẽ bị la rầy vì có hành động sai về đạo đức, nhưng không bị la rầy đối với hành động được xã hội chấp nhận. Mặc dù, bức tranh không phải lúc nào cũng đơn giản như thế, vì bố mẹ cũng la rầy con vì hạnh kiểm xấu tương đối không quan trọng.

Dunn và Munn (1987) ghi chép tất cả những tranh cãi xảy ra giữa trẻ với nhau hay giữa bố mẹ và con cái trong thời gian nghiên cứu tập tính học ở các gia đình. Họ nhận thấy tranh cãi xuất hiện trong những gia đình trên cơ sở nhiều loại nguyên tắc khác nhau. Chẳng hạn nguyên tắc lễ phép trên cơ sở những câu nói như "vui lòng" và "cám ơn" vào những lúc thích hợp trong khi nguyên tắc trong nhà liên quan đến những gì bạn nên làm khi nào và ở đâu. Cũng có những nguyên tắc về sở hữu, chia sẻ và thay phiên với anh chị em ruột, và nguyên tắc về hành vi mất trật tự hay phá hoại.

Dunn và Munn nhận thấy tranh cãi trong nhà giữa bố mẹ và con cái thường đối với hành vi mất trật tự và nguyên tắc trong nhà, trong khi tranh cãi giữa anh chị em ruột thường tập trung vào các nguyên tắc về sở hữu, thay phiên hay chia sẻ. Những loại vấn đề này chắc chắn là nguyên nhân dẫn đến những vấn đề nghiêm trọng hơn, theo nghĩa trẻ tham gia và có khả năng kết thúc bằng nước mắt hay rất giận dữ. Nhưng những gì thực sự đáng lưu ý từ chứng cứ ở trẻ là hành vi bố mẹ thường tập trung vào những loại sự kiện tương đối không quan trọng hay ít nhất những sự kiện không phải là nguyên nhân gây ra sự đau buồn ở cá nhân.

Smetana (1984) quan sát trẻ chơi ở các trường dự bị, nhận thấy mặc dù giáo viên phản ứng với cả vi phạm đạo đức lẫn quy ước, nếu có nhưng họ thường phản ứng đối với vi phạm quy ước nhiều hơn là phạm lỗi đạo đức. Vì thế, có vẻ trẻ không có được đánh giá về một hành động nghiêm trọng đến mức nào qua phản ứng của thầy cô hay bố mẹ.

Đánh giá tính nghiêm trọng của hành động

Vì thế trẻ đánh giá một hành động nghiêm trọng ra sao theo cách nào? Vì nghiên cứu ngụ ý rằng bố mẹ la rầy con vì phạm lỗi quy ước hơn là phạm lỗi đạo đức, Siegel và Storey (1985) cho rằng có thể trẻ có được những giá trị này từ tiếp xúc bên ngoài, ở trường học hay trường dự bị. Siegel và Storey lập luận trẻ chỉ gặp người lớn trong nhà ít có khả năng phân biệt giữa phạm lỗi đạo đức và quy ước như những trẻ có nhiều thời gian tiếp xúc với số trẻ khác. Họ quan sát trẻ đã học ở trường dự bị khoảng 9 tháng, được xem là "cựu binh", so sánh số cựu binh này với số trẻ mới vào trường lần đầu tiên: "lính mới". Họ cho rằng số cựu binh học hỏi nhiều hơn về điều gì là nguyên nhân gây ra đau khổ và điều gì không phải là nguyên nhân qua sự tiếp xúc với các trẻ khác, vì thế trẻ đã biết cách phân biệt giữa hành động nghiêm trọng và những hành động kém nghiêm trọng hơn.

Thực ra, các nhà nghiên cứu không nhận thấy sự khác nhau giữa hai nhóm trẻ trong việc đánh giá phạm lỗi đạo đức. Chẳng hạn, cả 2 nhóm đều xem việc đánh trẻ khác là nghiêm trọng. Nhưng cũng có sự khác nhau trong cách nhìn sự phạm lỗi quy ước như không ngăn nắp của 2 nhóm. "Lính mới" xem những phạm lỗi này cũng nghiêm trọng trong khi "cựu binh" xem đó chỉ là chuyện tầm thường hay không đáng kể. Siegel và Storey cho rằng kinh nghiệm dự bị giúp trẻ hiểu rõ nguyên tắc trẻ đã học ở nhà và tập quen với nguyên tắc nào được áp dụng chung hơn trong bối cảnh xã hội rộng hơn và nguyên tắc nào cụ thể đối với yêu cầu trong gia đình.

Để tìm hiểu khái niệm này, Davidson, Turiel và Black (1983) yêu cầu trẻ đánh giá nguyên tắc đạo đức mà trẻ biết. Họ nhận thấy sự biện minh của trẻ tại sao phạm lỗi đạo đức là sai luôn được xem là khiến trẻ khác bị xúc phạm và đau buồn. Khi trẻ giải quyết các nguyên tắc quy ước thì trẻ không để ý đến xúc phạm hay đau buồn. Thật ra, trẻ có vẻ phân loại hành động khác nhau nếu trẻ biết rằng hành động ấy dẫn đến sự đau buồn. Davidson và người khác cho rằng chính nhận thức về kết quả hành động này đã ảnh hưởng đến cách đánh giá của trẻ. Điều này có vẻ là một biểu hiện khác của sự ngày càng tinh vi trong hiểu biết xã hội của trẻ khi trẻ lớn tuổi hơn.

Chúng ta có thể thấy nghiên cứu phát triển đạo đức đã thay đổi tiêu điểm ra sao, từ các mô hình giai đoạn phát triển sang điều nghiên cách trẻ tìm hiểu thế giới xã hội của mình ra sao và hành động của chính trẻ trong thế giới ấy như thế nào. Điều này phù hợp với thay đổi trong sự nhấn mạnh nghiên cứu sự phát triển nhận thức ở trẻ cũng như trong nghiên cứu động cơ thúc đẩy thành tựu, cũng như phát triển ngôn ngữ mà chúng ta khảo sát trong Chương 4. Chúng ta ngày càng hiểu rằng trẻ phát triển hiểu biết xã hội rất tinh vi của riêng mình, áp dụng hiểu biết này vào các tình huống trẻ thấy thích hợp.

THUYẾT PHÁT TRIỂN Ở TRẺ CỦA VYGOTSKY

Bức tranh hiện đại về sự phát triển nhận thức ở trẻ khác xa hình ảnh trẻ có thái độ tự cho mình là trung tâm của Piaget, phấn đấu tìm hiểu có ý thức về thế giới của mình thông qua nguyên tắc và giải quyết vấn đề. Nghiên cứu tâm lý học hiện đại cho chúng ta biết khi nào trẻ đi đến việc tìm hiểu tình huống xã hội, trẻ có khả năng vô hạn khi được giao phó giải quyết các vấn đề trừu tượng hay cụ thể. Ngoài ra, hiểu biết và nhận thức mà trẻ biểu hiện trong các tình huống xã hội "đời thực" giống như loại hiểu biết sau cùng giúp trẻ phát triển hiểu biết các nguyên tắc văn hóa, xã hội cần thiết để hoạt động trong xã hội.

Tìm hiểu tất cả những điều này, đòi hỏi phải có một quan điểm về sự phát triển ở trẻ tính đến sự tương tác giữa cá thể và xã hội và cách mà đời sống xã hội của trẻ tạo ra nền tảng, và khuếch đại sự phát triển nhận thức ở trẻ. Loại quan điểm này có thể tìm thấy trong nghiên cứu của nhà tâm lý học trẻ em, Vygotsky, một nhà tâm lý học người Nga trong thập niên 1920, nhưng phương Tây chỉ biết đến nghiên cứu của ông trong thập niên 1960. Trong những năm gần đây, quan điểm của Vygotsky rất thịnh hành trong giới nghiên cứu hiện đại về sự phát triển ở trẻ.

Nhấn mạnh chính của Vygotsky là ảnh hưởng của văn hóa đến tiến trình phát triển ở con người. Đối với nhiều lý thuyết gia phương Tây, kể cả Piaget, **sự trưởng thành hữu cơ** được xem là động cơ thúc đẩy chính đối với sự phát triển. Từ Gesell trở đi, các nhà tâm lý học xem sự trưởng thành sinh học ở trẻ mang tính quyết định trẻ sẽ phát triển điều gì và khi nào, ảnh hưởng văn hóa và xã hội được xem định hướng cho sự phát triển ấy, trong điều kiện tốt nhất. Đối với Vygotsky, bức tranh khác hẳn.

Đối với Vygotsky, sự trưởng thành hữu cơ là một trạng thái hơn là sức mạnh thúc đẩy phát triển văn hóa. Dĩ nhiên, trẻ phải có sự trưởng thành sinh học để có khả năng đạt được một số mức độ phát triển nhất định, nhưng trong mô hình của Vygotsky, chính văn hóa của trẻ được thể hiện qua **tương tác xã hội** và **ngôn ngữ** cung cấp động cơ thúc đẩy sự phát triển ấy. Cả phát triển trí năng lẫn nhận thức xã hội cần phải có tương tác xã hội, yêu cầu xã hội, và kích thích xã hội. Như chúng ta đã biết, trẻ có tố chất tham gia tương tác xã hội ấy và đáp ứng những yêu cầu xã hội ấy.

Vùng phát triển gần tâm

Một trong những khái niệm chính trong mô hình phát triển của Vygotsky là khái niệm **vùng phát triển gần tâm (ZPD)**. Về cơ bản, người ta thường biết vùng này là sự khác nhau giữa những gì trẻ có thể tự mình kiểm soát và những gì trẻ có thể đạt được khi được người khác giúp và hướng dẫn. Bruner trong phần giới thiệu quyển *Tư duy và ngôn ngữ* của Vygotsky, ám chỉ tương tác xã hội cung cấp cho trẻ một loại "giàn dáo", giúp trẻ phát triển kỹ năng nhận thức và hiểu biết.

Như chúng ta biết được từ nghiên cứu của Judy Dunn (và nghiên cứu của nhiều người khác), bố mẹ, anh chị em ruột và người khác tất cả đều tương tác với trẻ trong xã hội, trẻ học cách phản ứng thích hợp trong những tương tác ấy, bao gồm một lượng tập quen đáng kể: đôi khi ở người giải thích vấn đề hay phát biểu nguyên tắc, đôi khi ở những người khuếch đại ý nghĩa hay làm trò chơi thêm phần tinh vi, và đôi khi từ thưởng phạt truyền đạt mong đợi xã hội cho trẻ biết. Tất cả điều này là "giàn dáo" để trẻ phát triển hiểu biết. Không có giàn dáo, sự phát triển nhận thức ở trẻ sẽ bị hạn chế rất nhiều.

Những gì Vygotsky phát biểu là trẻ đạt được một mình không có tương tác xã hội về cơ bản là một hình thức hiểu biết "nguyên thủy", cơ bản giúp trẻ tồn tại trong thế giới vật chất, nhưng không hiểu các khái niệm trừu tượng hay nguyên tắc chung chung. Chỉ riêng sự trưởng thành hữu cơ không thôi không thể cung cấp nhiều hơn hiểu biết này. Nhưng cũng có một phạm vi phát triển tiềm năng rộng được tương tác xã hội và ngôn ngữ kích thích: vùng phát triển gần tâm. Tính sẵn sàng ở trẻ khi phản ứng với người khác cũng giúp trẻ sẵn sàng tập quen từ phản ứng ấy. Và tập quen từ phản ứng ấy sau cùng bao gồm việc phát triển hiểu biết xã hội tinh vi, kỹ năng nhận thức và lập luận trừu tượng.

Thuyết của Vygotsky giúp chúng ta hiểu nhiều về tâm lý học phát triển hiện đại – dĩ nhiên là lý do giải thích tại sao các nhà tâm lý học phát triển hiện đại quan tâm đến thuyết quá nhiều như thế! Sử dụng mô hình này, chúng ta có thể hiểu nghiên cứu có được ngôn ngữ hiện đại, nhấn mạnh tầm quan trọng của tương tác xã hội loài người, chúng ta hiểu được giải thích về trẻ người sói hay trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng, được nuôi dưỡng nhưng không được tiếp xúc với con người, và hiểu lý do tại sao những trẻ này như thế khi được người khác phát hiện, và chúng ta có thể hiểu tại sao chuyện nghiên cứu của Piaget vào bối cảnh có ý nghĩa xã hội đối với trẻ cũng tạo nhiều khác biệt trong khả năng nhận thức ở trẻ.

Piaget và Vygotsky tiếp cận sự phát triển ở trẻ từ hai góc độ khác hẳn nhau. Piaget là nhà sinh học nên chủ yếu quan tâm đến sự trưởng thành hữu cơ. Lý thuyết của ông cũng như lý thuyết của những người khác có nền tảng tương tự, nhấn mạnh khía cạnh trưởng thành trong

Bảng 19.10 So sánh giữa Piaget và Vygotsky

	Piaget	**Vygotsky**
	Vận động nhận cảm	*Sự hội nhập*
Sơ sinh *0-2 tuổi*		
Đầu thời thơ ấu *2-7 tuổi*	Tiền hoạt động	Trò chơi
Giữa thời thơ ấu *7-12 tuổi*	Hoạt động cụ thể	Trò chơi
Thanh niên *12-19 tuổi*	Hoạt động chính thức	Bạn cùng nhóm
Tuổi trưởng thành *19-55 tuổi*		Làm việc
Đầu tuổi già *55-70 tuổi*		Lý thuyết hóa

Nguồn: Phỏng theo Butterworth và Harris, 1994 phát triển nhưng không cho rằng yếu tố văn hóa xã hội là quan trọng. Vygotsky là nhà tâm lý học, có hiểu biết lịch sử và văn học rộng, quan tâm của ông là môi trường xã hội của trẻ, và ngụ ý của môi trường trong sự phát triển ở trẻ. Do đó, hai người phát triển lý thuyết khác hẳn nhau. Butterworth và Harris (1994) thể hiện một số tự khác biệt ấy theo nghĩa sự phát triển ở các độ tuổi khác nhau (Bảng 19.10).

Mặc dù Vygotsky đánh giá cao nghiên cứu của Piaget, cũng như nghiên cứu của các nhà tâm lý học khác trong thời đại chẳng hạn như Binet, người đã chọn cách tiếp cận khác đối với ảnh hưởng xã hội. Ngoài ra, ông nghiên cứu trong một xã hội có nhiều ngôn ngữ và văn hóa khác nhau, một xã hội trong thời kỳ thay đổi cách mạng. Do đó, Vygotsky có khả năng tìm hiểu một lĩnh vực mà nhiều nhà tâm lý học phát triển xem là quá phức tạp đến mức không thể giải quyết trực tiếp. Bằng cách thay đổi những tìm hiểu ấy thành một mô hình lý thuyết cụ thể, Vygotsky cung cấp cho chúng ta một công cụ quý giá để tìm hiểu trẻ đang phát triển – cũng như gia đình và văn hóa của trẻ.

Chúng ta đã biết nghiên cứu tâm lý học ở trẻ cho thấy kinh nghiệm xã hội và phát triển nhận thức ngày càng được xem là có một liên kết với nhau. Phát triển nhận thức ở trẻ được tạo điều kiện, khuếch đại và thậm chí được định hướng bằng hiểu biết xã hội của trẻ. Trong chương sau, chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát nghiên cứu sự phát triển xã hội ở trẻ: bắt đầu bằng sự hình thành quyến luyến và các mối quan hệ, tiếp đến nghiên cứu trò chơi và sự phát triển nhận dạng giới tính.

Từ khóa

Trẻ tự kỷ: Trẻ bị rối loạn nghiêm trọng, từ bỏ thực tại, không tiếp xúc với người khác.

Đạo đức tự chủ: Giai đoạn phát triển đạo đức thứ 3 của Kohlberg, trong đó cá nhân phán đoán đạo đức độc lập.

Phỏng vấn lâm sàng: Kỹ thuật được Piaget áp dụng trong nghiên cứu trẻ, trên cơ sở hỏi trẻ các câu hỏi trong một bối cảnh thân mật.

Giai đoạn hành động cụ thể: Giai đoạn thứ 3 trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget mang đặc điểm nhu cầu liên kết vấn đề với các tình huống hay biến cố thực.

Bảo toàn: Khả năng nhận biết thể tích, số lượng hay khối lượng không thay đổi khi thay đổi cách trình bày.

Lệch tâm: Chọn quan điểm của người khác.

Thái độ tự cho mình là trung tâm: Giả định cho rằng toàn bộ thế giới tập trung vào cái tôi, và không có gì tồn tại ngoại trừ những gì ảnh hưởng cá nhân trực tiếp.

Sự cân bằng: Quá trình qua đó sơ đồ được phát triển, tính đến thông tin mới.

Giai đoạn hành động chính thức: Giai đoạn thứ tư trong 4 giai đoạn nhận thức của Piaget, nhấn mạnh đến suy nghĩ trừu tượng và lập luận logic.

Thuộc dị trị: Đối tượng thuộc về định luật của người khác.

Khái niệm đồ vật: Khái niệm cho rằng đồ vật tiếp tục tồn tại thậm chí khi bạn không chú ý đến chúng.

Giai đoạn tiền hành động: Giai đoạn thứ hai trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget, mang đặc điểm khả năng mỗi lần chỉ tập trung vào một thuộc tính của một đồ vật, và không có khả năng "lệch tâm".

Hình ảnh võng mạc: Mẫu ánh sáng lọt vào võng mạc mắt như hình ảnh của thế giới bên ngoài.

Giai đoạn vận động nhận cảm: Giai đoạn thứ nhất trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget, mang đặc điểm sự tiếp nhận thông tin nhận cảm và sự phát triển sơ đồ đầu tiên thông qua việc tìm hiểu sự di chuyển trong môi trường.

Vùng phát triển gần tâm: Khái niệm của Vygotsky về mức độ trẻ có thể tập quen và phát triển kỹ năng, nếu được người khác hỗ trợ và dạy bảo, nhất là người lớn.

Tóm tắt

1. Trẻ sinh ra với nhiều phản xạ, là dấu hiệu báo trước hành vi sau này, hay đơn thuần còn sót lại từ hoạt động của bào thai trong tử cung. Một số nhà nhà tâm lý học phát triển xem phản xạ ở trẻ cung cấp nền tảng cho sự phát triển tâm lý học sau này.
2. Lý thuyết nhận thức ở trẻ sơ sinh bao gồm nhận thức do tác động đối với môi trường, như sự chú ý có phân bố, hòa hợp các cơ chế thích nghi trước và đạt được kỹ năng.
3. Thuyết phát triển nhận thức của Piaget nhấn mạnh sự hình thành sơ đồ do kết quả tác động trong môi trường. Những loại hành động khác nhau đều có thể là do kết quả của sự giảm dần thái độ tự cho mình là trung tâm.
4. Sự đánh giá lại thực nghiệm nghiên cứu của Piaget phát hiện nhiều khiếm khuyết về phương pháp luận, dẫn đến kết quả sự đánh giá thấp khả năng nhận thức ở trẻ cũng như phát triển nhận thức xã hội ở trẻ.
5. Chọc ghẹo, an ủi và phản ứng trước sự đau buồn là những khía cạnh quan trọng trong việc hình thành các mối quan hệ với người khác. Trẻ phát triển thuyết suy nghĩ – nhận thức rằng người khác cũng có suy nghĩ của riêng mình – là một đặc điểm quan trọng trong tương tác xã hội và các mối quan hệ.
6. Trẻ tự kỷ có thể không phát triển thuyết suy nghĩ. Nghiên cứu cho thấy rằng trẻ khó hiểu được tình huống xã hội cần có hiểu biết như thế và trẻ tương tác rất trực tiếp với thế giới nhưng không nghĩ đến việc người khác có thể biết hay suy nghĩ.
7. Lý thuyết giai đoạn phát triển đạo đức được cả Piaget lẫn Kohlberg đề xuất. Tuy nhiên, nghiên cứu gần đây hơn nhấn mạnh đến các khía cạnh phát triển đạo đức nhận thức xã hội hơn là dẫn chứng các giai đoạn phát triển bằng tư liệu.
8. Vygotsky nhấn mạnh vùng phát triển gần tâm, liên quan đến cách sự tương tác giữa người lớn và trẻ có thể thúc đẩy và mở rộng sự phát triển nhận thức ở trẻ.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Trẻ có thể nhận biết chiều sâu hay không?
2. Hãy mô tả những quá trình cơ bản liên quan đến việc hình thành sơ đồ.
3. Hãy mô tả đặc điểm của hành vi tự kỷ.

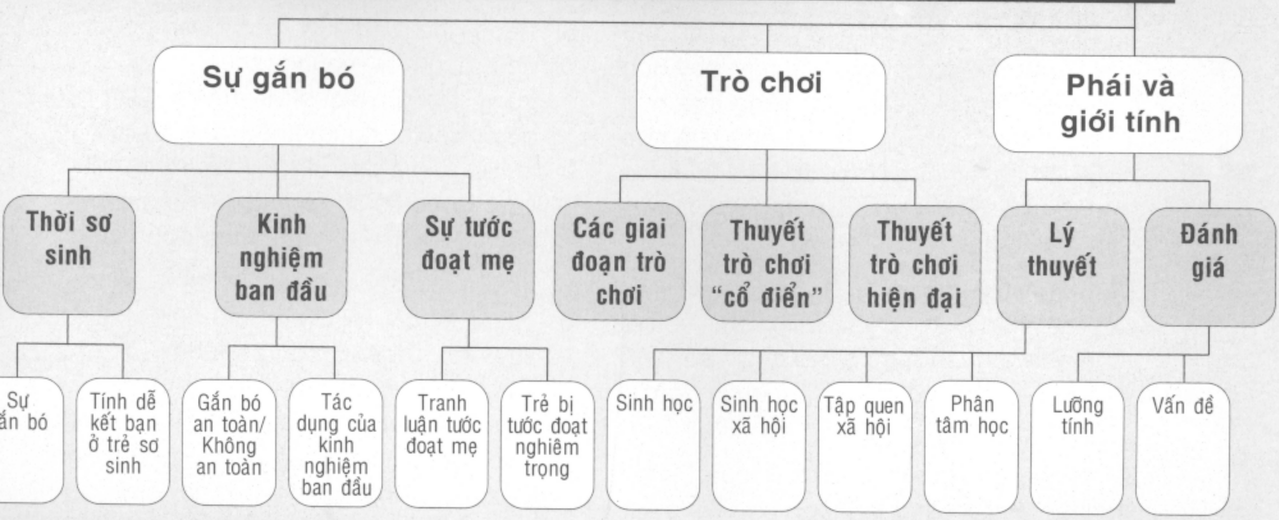
Câu hỏi thảo luận

1. Chứng cứ thí nghiệm nào cho chúng ta biết về sự nhận thức ở trẻ?
2. Hãy đánh giá có phê phán lý thuyết phát triển nhận thức của Piaget.
3. So sánh các lý thuyết giai đoạn phát triển đạo đức với tiếp cận nhận thức xã hội.

chương

20

Phát triển xã hội



Sự gắn bó
Trò chơi
Phái và giới tính
Thời sơ sinh
Kinh nghiệm ban đầu
Sự tước đoạt mẹ
Các giai đoạn trò chơi
Thuyết trò chơi "cổ điển"
Thuyết trò chơi hiện đại
Lý thuyết
Đánh giá
Sự ắn bó
Tính dễ kết bạn ở trẻ sơ sinh
Gắn bó an toàn/ Không an toàn
Tác dụng của kinh nghiệm ban đầu
Tranh luận tước đoạt mẹ
Trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng
Sinh học
Sinh học xã hội
Tập quen xã hội
Phân tâm học
Lưỡng tính
Vấn đề

Đối tượng nghiên cứu

20.1. Hòa đồng và tính đơn hướng

a. Nhận dạng khái niệm chính trong những mô hình gắn bó ban đầu
b. Nô tả nghiên cứu tước đoạt mẹ
c. Đánh giá chứng cứ tước đoạt mẹ

20.2. Tương tác bố mẹ - con

a. Nhận dạng đặc điểm đặc biệt của tính dễ kết bạn ở trẻ
b. Mô tả nghiên cứu tính dễ kết bạn ở trẻ
c. Phác họa khía cạnh hành vi làm bố mẹ

20.3. Sự gắn bó an toàn và không an toàn

a. Liệt kê phản ứng cách ly ngắn hạn
b. Nhận dạng các khía cạnh trong hành vi ở trẻ trong trường hợp không an toàn
c. Mô tả cơ chế nền tảng trong các mối quan hệ ở trẻ

20.4. Phục hồi về sau này

a. Mô tả nghiên cứu phục hồi do thời thơ ấu bị xáo trộn
b. Nhận dạng đặc điểm quan trọng của sự phục hồi từ thời thơ ấu bị xáo trộn
c. Đánh giá chứng cứ phục hồi từ sự tước đoạt nghiêm trọng

20.5. Phân loại trò chơi

a. Liệt kê các loại trò chơi khác nhau
b. Mô tả đặc điểm trò chơi đặc biệt
c. Đánh giá định nghĩa trò chơi

20.6. Lý thuyết trò chơi

a. Định nghĩa thuật ngữ về lý thuyết trò chơi
b. Mô tả lý thuyết trò chơi khác nhau
c. Đánh giá lý thuyết trò chơi

20.7. Lý thuyết vai trò giới tính

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến nghiên cứu vai trò giới
b. Mô tả các tiếp cận lý thuyết chính trong việc đạt được vai trò giới
c. Đánh giá khái niệm lưỡng tính

20.8. Nghiên cứu vai trò giới

a. Mô tả nghiên cứu vai trò giới tính giữa các nền văn hóa
b. Đánh giá chứng cứ tính linh động trong vai trò giới
c. Đánh giá nghiên cứu vai trò giới tính sử

Trong hai chương trước, chúng ta đã chứng kiến trẻ phát triển kỹ năng và hiểu biết ra sao khi trẻ càng lớn tuổi. Phần lớn nghiên cứu này biểu thị nhận thức xã hội của trẻ luôn phát triển không ngừng. Trong chương này, chúng ta khảo sát một số khía cạnh khác nhau trong sự phát triển xã hội của trẻ, bắt đầu bằng việc khảo sát cách trẻ hình thành sự gắn bó, sau đó khảo sát tiếp trò chơi và sự phát triển xã hội hóa vai trò giới tính.

SỰ GẮN BÓ

Một trong những giai đoạn đầu tiên để được xã hội hóa trong xã hội loài người diễn ra thông qua sự hình thành tình cảm gắn bó với người khác. Quan tâm đến sự phát triển các mối quan hệ ở con người và sự gắn bó ban đầu là do kết quả tìm hiểu sự gắn bó theo thuyết tự nhiên ở một số loại động vật. Chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu **sự hòa đồng** chi tiết hơn trong Chương 22, nhưng sự hòa đồng ảnh hưởng nhiều đến lý thuyết gắn bó nên ở đây cũng cần khảo sát chi tiết.

SỰ HÒA ĐỒNG

Sự hòa đồng là một hình thức tập quen đặc biệt, nhanh chóng, được động vật thể hiện ngay sau khi sinh. Động vật mới sinh sẵn sàng tiếp nhận một số loại kích thích, thường do bố mẹ cung cấp – cho dù đó là bố hay mẹ tùy vào động vật thuộc chủng loài gì. Kích thích có thể là hình ảnh thị giác, âm thanh hay sự phối hợp một số kích thích nhận cảm, nhưng thông thường khiến cho động vật mới sinh đi vòng quanh bố mẹ hay bất cứ tác nhân khác tạo ra kích thích. Điều này tạo ra sự gắn bó nhanh chóng – động vật mới sinh tỏ ra đau buồn nếu bố mẹ không ở gần chúng.

Sự gắn bó phát sinh từ hòa đồng mang tính rất đột ngột và rất đáng chú ý, thể hiện rõ nhất ở **động vật có thể sống độc lập sau khi sinh** – động vật sau khi sinh di chuyển tự do. Bằng cách làm cho động vật mới sinh phát triển sự gắn bó vững chắc với bố mẹ, hòa đồng có nghĩa động vật mới sinh ít bị đi lạc hơn, vì xa rời bố mẹ sẽ làm động vật đau buồn. Điều này tự nhiên làm tối đa hóa cơ hội sống còn của động vật mới sinh: vịt con theo mẹ ít bị thú ăn thịt hay tai nạn hơn lúc đi thơ thẩn một mình.

Phát hiện sự hòa đồng ở động vật khiến các nhà nghiên cứu đặt câu hỏi liệu quá trình tương tự có xảy ra ở con người hay không khi trẻ phát triển sự gắn bó với bố mẹ hay với người chăm sóc (thường gọi là **người chăm sóc**, không phải lúc nào cũng có mẹ bên cạnh). Một trong những nhà nghiên cứu đầu tiên tìm hiểu vấn đề này là John Bowlby, được Tổ chức y tế thế giới đặt hàng nghiên cứu liệu trẻ có bị thương tổn nếu như tách khỏi mẹ vào những năm đầu hay không.

Thuyết tính đơn hướng

Năm 1951, Bowlby đưa ra báo cáo cho rằng trẻ hình thành mối quan hệ đặc biệt với mẹ, khác nhau về chất với mối quan hệ trẻ hình thành với một người khác bất kỳ. Ông mô tả điều này là quá trình **tính đơn hướng.** Bằng một cơ chế mà ông nhận xét rất giống với sự hòa đồng, Bowlby cho rằng trẻ phát triển sự gắn bó với mẹ trong 6 tháng đầu đời, nếu sự gắn bó này bị đứt quảng, do mẹ mất hay các loại yếu tố khác thì trẻ sẽ gặp những hậu quả nghiêm trọng, điều này dẫn đến tranh luận tước đoạt mẹ, chúng ta sẽ khảo sát vào cuối chương này.

TÍNH DỄ KẾT BẠN Ở TRẺ

Do kết quả thuyết tính đơn hướng của Bowlby, cách hình thành sự gắn bó ở trẻ nhanh chóng trở thành đề tài được nghiên cứu tâm lý học chú ý. Năm 1964, tiểu luận của Schaffer và Emerson đưa ra chứng cứ mới đối với quá trình gắn bó. Đúng ra là sử dụng phỏng vấn lâm sàng và dữ liệu hồi tưởng từ hồ sơ ở bệnh viện và trường học như Bowlby đã làm, Schaffer và Emerson thực hiện quan sát **tập tính học** ở các bà mẹ có con nhỏ. Nghiên cứu tập tính học là quan sát hành vi trong môi trường tự nhiên – trong trường hợp này, quan sát mẹ và con tương tác trong nhà ra sao.

Schaffer và Emerson nhận thấy sự gắn bó không tự động phát sinh từ việc người mẹ có con nhỏ và chăm sóc con như Bowlby đã nghĩ. Thay vào đó, sự gắn bó có vẻ phát triển do tính chất **tương tác** của mẹ và con. Điều này có nghĩa trong một số tình huống, trẻ hình thành mối quan hệ với một người không phải là người chăm sóc chính (người lúc nào cũng chăm sóc cho mình). Trong một số trường hợp, trẻ cũng hình thành nhiều sự gắn bó, phát triển mối quan hệ với nhiều người. Những chứng cứ này phủ nhận khái niệm tính đơn hướng của Bowlby vì đặc điểm quan trọng là có thể chỉ có một mối quan hệ đặc biệt duy nhất đối với một trẻ bất kỳ.

Có lẽ vì tính chất chính trị trong tranh luận tước đoạt mẹ, nên chứng cứ của Schaffer và Emerson không được giới truyền thông chú ý. Tuy nhiên có nhiều ảnh hưởng trong việc mở rộng tầm nghiên cứu. Những gì mà nghiên cứu của Schaffer và Emerson chứng minh là trẻ **dễ kết bạn.** Trẻ phản ứng nhiều nhất đối với những người tương tác với chúng, không chỉ đối với những người chăm sóc nhu cầu cơ thể của trẻ.

Quan điểm gắn bó theo thuyết tiến hóa

Thuyết tính đơn hướng của Bowlby trên cơ sở khái niệm cho rằng trẻ phát triển sự gắn bó thông qua quá trình hòa đồng giống như quá trình mà Lorenz quan sát ở động vật. Nhưng ở trẻ, Stratton (1983) nêu rõ, hòa đồng chưa đủ để được xem là lời giải thích cho sự phát triển gắn bó. Stratton cho rằng hành vi như hòa đồng không xảy ra ngẫu nhiên. Chúng thích hợp với những tình huống mà trẻ hay động vật mới sinh rất có thể gặp phải sau khi sinh hay nở trứng. Hòa đồng là một trường hợp đặc biệt của chuỗi hành vi được lập trình sẵn về sinh học, dẫn đến kết quả hữu ích đối với động vật vì giúp động vật mới sinh không bị đi lạc.

Con người sống trong môi trường rất khác nhau, hành vi giúp tồn tại, chẳng hạn trong vùng rừng rậm nhiệt đới dễ làm chết người như trong vùng Bắc cực. Vì thế, kế thừa một phản ứng cho bạn biết nên hành động ra sao trong môi trường cụ thể không phải là ý tưởng hay cho dù trẻ có khả năng hành động độc lập về cơ thể. Mặc dù những gì không đổi trong các nền văn hóa nhân loại là trẻ luôn được con người chăm sóc. Vì thế, trẻ được lập trình sẵn về sinh học để chú ý đến những người chăm sóc mình.

Vì trẻ có thời gian lệ thuộc lâu như thế và trẻ có thể học hỏi nhiều trong thời gian ấy nên sự gắn bó diễn ra chậm hơn so với hòa đồng. Ở trẻ, tương tác diễn ra giữa bố mẹ và con phối hợp để tạo ra sự phát triển gắn bó, điều này cũng diễn ra dần dần giữa trẻ và người chăm sóc. Stratton (1983) cho rằng hành vi được lập trình sẵn về sinh học mà trẻ thể hiện nói chung không giống như loại hành vi được lập trình sẵn thể hiện ở động vật hòa đồng. Thay vào đó, chúng là hành vi khuyến khích trẻ tương tác với những người xung quanh, tập quen các mẫu và vai trò của sự tương tác ấy.

Nhấn mạnh tính dễ kết bạn ở trẻ trong nghiên cứu của Schaffer và Emerson, được tiếp nối bằng nhiều khảo sát về tính dễ kết bạn ở trẻ. Áp dụng kỹ thuật tập tính học cũng như quan sát truyền thống, các nhà tâm lý học bắt đầu quan sát trẻ tiếp xúc, ra dấu với bố mẹ và cũng nhận dạng cơ chế tính dễ kết bạn nền tảng mà trẻ sử dụng.

Chuyện bất ngờ và sự trao đổi

Nghiên cứu của Watson và Ramey năm 1972 chứng minh rằng trẻ đặc biệt nhạy cảm với những sự kiện phát sinh hay xảy ra bất ngờ từ hành động của chính trẻ. Nếu trẻ thực hiện hành động có kết quả trực tiếp, mà trẻ nhận biết thì trẻ có khuynh hướng lặp lại hành động ấy – rút ra nhiều thích thú như một người bất kỳ chơi trò "tung thú nhồi bông lên để xem ai chụp được". Trẻ chứng minh có khả năng bất tận trong việc thích thú các trò chơi lặp đi lặp lại, trong đó một số kết quả xảy ra bất ngờ do hành động của trẻ. Stratton (1983) cho rằng chính thông qua **chuyện bất ngờ** này nên trẻ mới có được một số ý thức kiểm soát môi trường của mình, nó giúp trẻ phát triển ý thức cái tôi như tác nhân, và điều này hình thành cơ sở cho trẻ học hỏi từ hành động và kinh nghiệm của mình.

Khái niệm quan trọng khác trong việc nghiên cứu tính dễ kết bạn ở trẻ mà Stratton nhận dạng là khái niệm **sự trao đổi,** là sự trao đổi hành vi trong đó những gì một cá nhân làm tùy thuộc vào những gì cá nhân khác làm. Tương tác xảy ra giữa trẻ và người chăm sóc là tương tác theo nghĩa trẻ hình thành toàn bộ chuỗi hành vi, trong đó mỗi hành động của cá nhân luôn phụ thuộc vào những gì mà người khác làm. Chẳng hạn, mẹ nói chuyện với con có nghĩa là con phản ứng bằng cách ríu rít, có nghĩa là mẹ sẽ nói chuyện nữa, con sẽ trả lời nữa, và cứ thế tiếp tục. Toàn bộ mẫu tương tác hình thành sự trao đổi: trao đổi giữa mẹ và con. Những trao đổi này được mẹ và con hiểu là trao đổi xã hội, được cho là hình thành nền tảng của mối quan hệ xã hội sau này.

Tiếng khóc

Wolff, năm 1969, chứng minh rằng cách trẻ khóc là một hệ thống báo hiệu tinh vi hơn trước đây người ta thường nghĩ rất nhiều. Từ ghi chép, phỏng vấn và quan sát, Wolff chứng minh rằng bé ít nhất có thể tạo ra 3 loại tiếng khóc khác nhau và bố mẹ, nhất là các bà mẹ, thường nhận biết tiếng khóc có ý nghĩa gì (xem Bảng 20.1). Vì tiếng khóc là hệ thống báo hiệu tầm xa của trẻ, điều này làm tăng khả năng sống còn của trẻ. Hành động cần thiết phải làm nếu trẻ đói hoàn toàn khác với hành động cần thiết khi trẻ đau hay giận dữ và có những dấu hiệu khác nhau giúp trẻ thu hút loại giúp đỡ phù hợp ở người chăm sóc.

Bảng 20.1 Các mẫu và ý nghĩa trong tiếng khóc ở trẻ

Khóc đói	Bắt đầu không đều và im lặng hợp ý nhưng dần dần tăng dung lượng và có nhịp đều hơn.
Khóc đau	Bắt đầu bằng tiếng khóc rất lớn, đột ngột, tiếp đến là im lặng, sau đó là một loạt hơi thở ngắn, hổn hển trước khi lặp lại chuỗi khác.
Khóc giận	Là tiếng khóc lớn, tiếp đến im bặt, và thở hít vào, sau đó là tiếng khóc lớn khác, theo chu kỳ.

Nguồn: Phỏng theo Wolff, 1969

Tiếng cười

Năm 1954, Ahrens chứng minh dường như trẻ có khuynh hướng cười sẵn ở hình dạng tương đối đơn giản giống như khuôn mặt người ngay từ một tháng tuổi. Khi trẻ lớn hơn, cần có kích thích phức tạp hơn để gợi ra vẻ cười. Kích thích cần phải có chi tiết nhiều hơn và giống với nét mặt người nhiều hơn, khi trẻ lớn hơn (xem Bảng 20.2). Nhưng điều thú vị trong nghiên cứu của Ahrens là trẻ không cười ở những kích thích tương tự không có sự giống nhau đối với khuôn mặt. Do đó, trẻ dường như được lập trình sẵn để cười những gì giống với khuôn mặt người. Khi khả năng nhận thức của trẻ phức tạp hơn, trẻ cần phải có kích thích giống đời thật tương ứng.

Bảng 20.2 Kích thích phải có để khiến trẻ cười

Độ tuổi trẻ	**Chi tiết**
1 tháng	Hình dạng bầu dục với hai dấu chấm nằm trong vị trí của mắt.
2-3 tháng	Một số đường viền bổ sung quanh mắt chẳng hạn như biểu thị đang cần mũi hay chân mày, nhưng miệng vẫn chưa cần thiết.
4 tháng	Tất cả đặc điểm bình thường của mắt, mũi và miệng phải có vẻ gợi ra vẻ cười.
5 tháng	Hình ảnh phải bao gồm tất cả những đặc điểm bình thường nhưng cũng được phủ bóng sao cho có vẻ mang hình dạng 3 chiều.

Nguồn: phỏng theo Ahrens, 1954

Nhận biết khuôn mặt

Quan sát của Ahrens dẫn đến nhiều nghiên cứu đáng kể về cách trẻ nhận biết và phản ứng đối với khuôn mặt người. Như chúng ta đã biết trong Chương 19, Fantz năm 1961 chứng minh rằng trẻ dường như tự động thích kích thích giống với khuôn mặt hơn, so với kích thích là những mẫu đen trắng phức tạp đơn thuần. Căn cứ vào sự lựa chọn, Fantz chứng minh trẻ tìm kiếm kích thích giống khuôn mặt người mất thời gian lâu hơn tìm kiếm hình ảnh khác.

Năm 1965, Haynes, White và Held chứng minh rằng đôi mắt trẻ sơ sinh có một tiêu điểm khá cố định khoảng 19cm. Khoảng cách này cũng bằng khoảng cách từ mắt người mẹ đến mặt trẻ khi cho con bú. Trẻ thường nhìn mặt mẹ trong khi bú, Haynes *và người khác* cho rằng tiêu điểm cố định này sẽ khuyến khích trẻ tập cách nhận biết mẹ mình dễ dàng nhất và để phản ứng với khuôn mặt của mẹ.

Để mô tả khả năng "lập trình trước" gây nhiều nghi vấn tại sao nó xuất hiện. Một giải thích có thể là có những tế bào đặc biệt trong vỏ não của trẻ tỏ ra nhạy cảm nhất khi chúng tiếp nhận một số loại kích thích nào đó. Điều này phù hợp với nghiên cứu của Hubel và Wiesel (xem Chương 12), chứng minh rằng tế bào phức và siêu phức trong vỏ thị giác phản ứng với các mẫu hay hình dạng cụ thể. Haith (1980) cho rằng trẻ hành động theo cách giống như tạo cho chúng sự kích thích tối đa từ những tế bào thần kinh này vì trẻ nhận thấy những kích thích này giúp trẻ có cảm giác rõ ràng nhất. Điều này khuyến khích trẻ nhìn mẹ và tiếp xúc với mẹ bằng mắt.

Đến lượt, nhìn mẹ và tiếp xúc bằng mắt là một **kỹ năng sống còn** bổ ích vì mẹ sẽ thưởng qua tiếp xúc bằng mắt, do đó có khuynh hướng chăm sóc trẻ nhiều hơn. Phản ứng mỉm cười mà trẻ thể hiện theo Ahrens nhận dạng cũng củng cố khuynh hướng của người mẹ chăm sóc trẻ. Trẻ mới sinh rất lệ thuộc vào người chăm sóc, vì thế cơ chế loại này tối đa hóa khả năng sống còn của trẻ.

Tương tác với người khác

Mỉm cười cũng làm tăng khả năng trẻ và người chăm sóc tiến hành trao đổi, những trao đổi này thường phát triển thành những trao đổi hoàn toàn phức tạp. Stern (1977) ghi hình mẹ và con tương tác, nhận xét họ thường **mô phỏng** thể hiện trên nét mặt của nhau. Khi trẻ có được sự kiểm soát đối với bộ phận thanh quản thì trẻ sẽ bắt chước tiếng động. Bằng cách này, theo Stern trẻ có được khả năng cơ thể cơ bản cần cho tương tác xã hội sau này: trẻ học cách tương tác với mẹ bằng cách có những thể hiện nét mặt phù hợp và âm thanh phù hợp trong một bối cảnh xã hội phù hợp.

Năm 1974, Newson cho rằng lý do giải thích trẻ giống như người lớn là vì người lớn thường xem trẻ như thể là người lớn.

Người lớn thường quy kết những chủ ý có ý nghĩa cho trẻ: nói chuyện với trẻ như thể trẻ hiểu những gì đang diễn ra và hiểu hành động của trẻ như thể là phản ứng có suy nghĩ đối với câu hỏi của mình. Do đó, trẻ học được cách tương tác phù hợp và phát triển hiểu biết xã hội cũng như khả năng hành động cân nhắc.

Snow (1979) chứng minh người mẹ thường "chuyện trò" với con mình. Trong những cuộc chuyện trò này, họ ngừng nói, như thể trẻ đang trả lời mình, họ hiểu cử chỉ và động tác của trẻ như thể đó là phản ứng bằng lời. Người mẹ thường "chuyện trò" suốt với con mới sinh. Snow cho rằng chính loại tương tác này đã làm trẻ nhạy cảm trước các đặc điểm quan trọng trong hành vi xã hội chẳng hạn như cách tương tác bao gồm những phiên chuyện trò với nhau. Snow cũng cho rằng điều này hình thành cơ sở cho sự phát triển ngôn ngữ về sau.

Nhiều nhà nghiên cứu khác, chẳng hạn như Trevarthen (1969) cho rằng mẹ không chỉ hành động một chiều khi chuyện trò với con. Đến lượt mình, trẻ phản ứng đối với hành động của mẹ. Sử dụng băng quay chậm, Trevarthen chứng minh hành vi ở trẻ có thể được xem bao gồm một loạt các tình tiết nhỏ, hình thành cử chỉ hoàn chỉnh, có nghĩa. Chẳng hạn, hành vi này có thể bao gồm một nụ cười hay cử động nào đó tạo ra một phản ứng phối hợp, và trẻ có những phản ứng này nhiều nhất trong khi chuyện trò hay các chuỗi tương tác với mẹ.

Newson sử dụng chứng cứ của Trevarthen để cho rằng trẻ được lập trình sẵn về sinh học để thu hút sự chú ý của mẹ. Hiểu được những dấu hiệu này, sau đó người mẹ qui ý nghĩa xã hội cho những dấu hiệu ấy và cứ đối xử với trẻ như thể đó là một người lớn hoàn toàn. Đến lượt điều này khuyến khích trẻ có được kỹ năng tinh vi hơn, cũng dùng để chuyển tải cho trẻ những khía cạnh xã hội ý nghĩa để hiểu thế giới.

Làm bố

Newson (1974) cũng cho rằng kỹ năng làm mẹ không phải mang tính bản năng hay bẩm sinh. Thay vào đó, chỉ là những kỹ năng có được qua sự thực hành giao tiếp với trẻ cụ thể. Khi bạn đến gần trẻ, và xem trẻ có khả năng nhạy cảm của con người và một "nhân cách", bạn sẽ có khả năng phát hiện và hiểu được phản ứng của trẻ nhiều hơn. Về phần mình, trẻ tập quen rất nhanh, phản ứng nhiều hơn đối với những người nhạy cảm với hành động của mình. Theo Schaffer và Emerson, trẻ có nhiều khả năng hình thành sự gắn bó với những người phản ứng nhạy cảm đối với trẻ. Ngụ ý ở đây là tương tác với trẻ là một kỹ năng tập quen, và bố có thể có được những kỹ năng này giống như mẹ, dựa vào động cơ thúc đẩy và cơ hội.

Từ lâu người ta biết rằng bố và con thường phát triển sự gắn bó rất tích cực. Nghiên cứu ban đầu của Schaffer và Emerson (1964) chứng minh rằng trẻ có thể phát triển nhiều sự gắn bó – một số trẻ trong nghiên cứu gắn bó nhiều với bố cũng như với mẹ. Một số trẻ gắn bó với bố chứ không gắn bó với mẹ cho dù chính mẹ là người luôn chăm sóc trẻ. Trong những trường hợp như thế chính bố là người phản ứng với trẻ nhạy cảm nhất.

Parke và O'Leary (1976) quan sát các ông bố bà mẹ trong nhà hộ sinh. Những gì họ tìm thấy, trái với suy nghĩ rập khuôn thông thường, các ông bố thường rất thành thạo trong việc tương tác với trẻ, họ không hề lúng túng hay không quan tâm đến trẻ sơ sinh. Thay vào đó, họ thường tỏ ra nhạy cảm khi tương tác với con mình cũng như các bà mẹ.

Parke và Sawin (1980) quan sát mỗi ông bố bà mẹ cho con 3 tháng tuổi của mình bú sữa. Họ cũng nhận thấy các ông bố phản ứng nhạy cảm trước những gợi ý của trẻ cũng giống như các bà mẹ, phản ứng theo cả tương tác xã hội/ trò chuyện hay chương chỉ – và bằng cách điều chỉnh tiến độ cho con bú theo dấu hiệu biểu hiện ở trẻ. Tuy nhiên, họ nhận thấy các ông bố thường bàn giao trách nhiệm cho vợ mình hơn là đảm nhận trách nhiệm chăm sóc trẻ. Kỹ năng ở các ông bố khi làm cha trở thành hiển nhiên khi nào họ được yêu cầu chứng minh cách tương tác của mình trước mặt người nghiên cứu: họ có vẻ phần lớn thời gian ở nhà không hề thực hành kỹ năng này.

Sự khác nhau trong cách tương tác

Yogman *và người khác* (1977) cho rằng có một số sự khác nhau giữa cách tương tác của bố và mẹ đối với trẻ nhất là về việc định thời gian tương tác. Họ ghi hình các ông bố trong tương tác trực diện với trẻ từ 2 đến 25 tuần tuổi, và nhận thấy, ông bố cung cấp cả kích thích cơ thể lẫn xã hội đối với trẻ trong những đợt bùng phát, xen lẫn với những khoảng thời gian yên tĩnh, trong khi mẹ thường tương tác theo nhịp điệu và liên tục hơn khi tiếp cận với trẻ. Trong khi cả hai cách tương tác đối với trẻ đều tốt nhưng có thể sự khác nhau trong tiến độ này là lý do giải thích tại sao một số bà mẹ cảm thấy không an tâm liệu chồng mình có tương tác phù hợp với trẻ hay không. Nhưng, dĩ nhiên những điều này chỉ là khái quát hóa: có những ông bố tương tác theo nhịp điệu và liên tục cũng như có nhiều bà mẹ tương tác với con gián đoạn hơn.

Lamb, năm 1977, tiến hành quan sát các ông bố chơi với con từ 7 đến 13 tháng tuổi, và nhận thấy nói chung họ thường tham gia trò chơi hoàn toàn mang tính kích thích cơ thể, cũng có khuynh hướng không thể dự đoán hay mang đặc trưng riêng nhiều hơn. Loại trò chơi này thường tạo ra phản ứng tích cực ở trẻ, kết quả nói chung trẻ tương tác với bố tích cực hơn so với trò chơi với mẹ. Lamb cũng nhận thấy các bà mẹ ít có khả năng giữ trẻ trong công việc thường lệ trong khi bố có khả năng này nhiều hơn. Trong nghiên cứu của Lamb, điều đáng lưu ý là trẻ phản ứng tích cực hơn khi được bố giữ nhiều hơn là được mẹ giữ.

Các bà mẹ đi làm

Thật thú vị, nghiên cứu của Pedersen, Cain và Zaslow (1982) cho thấy có vẻ có sự khác biệt khi cả bố mẹ đều đi làm. Trong nghiên cứu này, các nhà nghiên cứu nhận thấy người mẹ làm việc toàn thời gian thường có khuynh hướng kích thích trẻ khi chơi với chúng nhiều hơn các bà mẹ không đi làm. Họ cũng có khuynh hướng tích cực hơn trong tương tác với trẻ hơn cả chồng. Các ông bố có vợ không đi làm thường chơi với trẻ nhiều hơn trong khi các ông bố có vợ đi làm chơi với trẻ ít hơn. Mặc dù, trong cả hai loại gia đình, người mẹ vẫn có trách nhiệm chung chăm sóc con cái.

Ngụ ý của chứng cứ này thật lý thú vì cho thấy tính chất trò chơi của bố có điều gì đó tiếp xúc với trẻ kém hơn. Có thể các bà mẹ xa con trong ngày hiểu được giá trị của sự gần con nhiều hơn, vì thế có khả năng tương tác mạnh hơn. Những người ở với trẻ suốt ngày rất có thể xem trọng thời gian yên tĩnh nhiều hơn, vì thế tránh kích thích trẻ có hành vi quá khích. Nhưng dĩ nhiên điều này tùy vào từng cá nhân liên quan.

GẮN BÓ AN TOÀN VÀ KHÔNG AN TOÀN

Như chúng ta đã biết từ nghiên cứu tương tác bố con, trẻ sinh ra với nhiều khả năng dùng để cấu trúc và sắp xếp mối quan hệ giữa trẻ và người khác. Đến lượt, người khác ít nhiều nhạy cảm với các dấu hiệu mà trẻ thể hiện, như Schaffer và Emerson cho thấy, trẻ chủ yếu phát triển sự gắn bó của mình với những người nhạy cảm nhất.

Thông thường, sự gắn bó ở con người có vẻ xuất hiện vào tháng thứ 7: trước thời điểm ấy, nói chung trẻ thể hiện sự đau buồn không nhiều khi xa vắng bố (mặc dù bố đau buồn khi xa vắng như thế, ảnh hưởng đến trẻ). Trẻ thể hiện sự nhận biết và thích thú khi tương tác với người khác không thân mật bằng sớm hơn nhiều nhưng vào khoảng 7 tháng tuổi, điều này thay đổi: nếu bố đi khỏi, trẻ sẽ khóc hay nếu không cũng biểu thị rằng trẻ không vui vì sự xa cách ấy. Nghiên cứu tương tác bố con cho thấy mặc dù ở độ tuổi đó sự gắn bó hoàn toàn chưa có nhưng nền tảng gắn bó được hình thành đều đặn trong suốt những tháng trước, thông qua sự tương tác giữa trẻ với người chăm sóc.

Nash (1978) cho rằng sự phát triển cá nhân xúc tiến hiệu quả nhất nếu môi trường cổ vũ khuynh hướng vốn có ở cá nhân hơn là đòi hỏi cá nhân ấy phải thích nghi. Nói cách khác, trẻ có khả năng phát triển một mình nhiều hơn và ở tiến độ của chính mình nếu môi trường xã hội và vật lý cổ vũ, khuyến khích khuynh hướng vốn có của riêng trẻ. Vì thế nếu trẻ ở với một người nhạy cảm với dấu hiệu của trẻ và phản ứng với người ấy thì trẻ có vị trí tiếp tục và phát triển khả năng xã hội của mình tốt hơn. Nói chung, chúng ta cũng cho rằng điều này cũng áp dụng cho sự phát triển tài năng ở trẻ lớn tuổi hơn và ở người lớn. Mỗi người đều là cá thể như nhau, tất cả chúng ta đều hành động tốt nhất trong môi trường cổ vũ, khuyến khích tài năng đặc biệt, cụ thể của mình.

Tác dụng chia cách ngắn hạn

Một trong những chứng cứ nổi bật từ nghiên cứu sự gắn bó và tương tác bố con là có nhiều loại gắn bó khác nhau, những loại này chịu ảnh hưởng của hành vi bố cũng như tình huống và hoàn cảnh trực tiếp. Năm 1980, Bowlby mô tả tác dụng ngắn hạn xảy ra khi trẻ bị tách khỏi người đã hình thành sự gắn bó chính với trẻ. (Bowlby ám chỉ người này là mẹ, nhưng như chúng ta đã biết, không phải lúc nào cũng như thế). Bằng cách nghiên cứu trẻ nhập viện, phải vắng bố mẹ vì một số lý do, Bowlby nhận dạng một chuỗi 3 giai đoạn còn gọi là **phản ứng chia cách,** thể hiện trong Bảng 20.3.

Bảng 20.3 Phản ứng với sự chia cách ngắn hạn

1. *Phản đối*	Giai đoạn này bao gồm những dấu hiệu đau buồn thấy rõ, nhất là khóc. Trẻ bối rối, xúc động, đôi khi tìm kiếm người gắn bó và gọi.
2. *Thất vọng*	Khi phản đối không làm cho người gắn bó trở lại, trẻ bước vào giai đoạn thất vọng, thể hiện sự khổ sở và đau buồn, bơ phờ, thờ ơ trong phản ứng với môi trường trực tiếp xung quanh.
3. *Thờ ơ*	Tiếp sau giai đoạn thất vọng là giai đoạn thờ ơ, trong đó trẻ đã thích nghi với tình huống, dường như đồng ý và đặc biệt không quan tâm đến việc người gắn bó trở lại.

Nguồn: Phỏng theo Bowlby, 1980

Trẻ thực sự trải qua 3 giai đoạn này ra sao đều bị tác động bởi kinh nghiệm trước đây của trẻ lẫn tình huống bên ngoài. Khi bố hay người gắn bó khác đoàn tụ với trẻ sau một thời gian chia cách, phản ứng của trẻ hoàn toàn phức tạp, trẻ có thời kỳ giận dữ và từ chối như trẻ đang trải qua sự điều chỉnh cảm xúc và thể hiện cảm giác giận dữ vì đã bị bỏ rơi. Tiếp đến là giai đoạn trẻ "gắn bó" nhiều hơn bình thường, như thế trẻ biểu hiện nhu cầu tái bảo đảm rằng bố vẫn còn ở đó.

Nhu cầu và an toàn

Bowlby cho rằng trẻ tìm lượng tiếp xúc của bố để có cảm giác an toàn. Thứ nhất, trẻ **đánh giá** nhu cầu sau đó so sánh những nhu cầu này với tình huống hiện tại. Nếu trẻ nhận thấy cần tiếp xúc hơn mức hiện tại thì trẻ sẽ hướng đến người mẹ gần hơn. Nhưng nếu trẻ nhận thấy lượng trạng thái ở gần mình cần dã bằng, hay kém hơn lượng hiện có, thì trẻ có cảm nghĩ phải tìm hiểu môi trường và tương tác với người khác. Vì thế, trẻ cảm thấy an toàn khi ở gần bố cũng có cảm nghĩ mình có khả năng tìm hiểu và tương tác với người khác.

Đánh giá của trẻ về tình huống hiện tại cũng tùy vào kinh nghiệm trước đây của trẻ. Trẻ đã có kinh nghiệm không an toàn – chẳng hạn như bố vắng mặt đột ngột trong vài ngày – sẽ thường cần sự gần gũi bố nhiều hơn. Điều này giải thích tại sao trẻ không an toàn thường bám lấy mẹ hay người chăm sóc và có thể miễn cưỡng tìm hiểu tình huống mới. Những trẻ khác, cảm thấy an toàn do sự gần gũi, hay trong sự chắc chắn người gắn bó trở lại theo dự đoán, (bố) sẽ cảm thấy tự tin và có khả năng tìm hiểu nhiều hơn.

Ainsworth *và người khác* (1978) phát triển một tập hợp gồm 8 tình tiết mô tả những giai đoạn chia cách khác nhau mà họ gọi là **kỹ thuật tình huống lạ.** Những tình tiết này được mô tả trong Bảng 20.4, sau đó họ sử dụng những tình huống trong một loạt nghiên cứu quan sát cách tương tác giữa mẹ và con. Ainsworth *và người khác* nhận thấy họ có thể phân loại mối quan hệ quan sát được giữa mẹ và con thành 3 loại: lảng tránh, an toàn và hai chiều (xem Bảng 20.5).

Ainsworth (1979) cũng chứng minh rằng cách trẻ hành động trong các tình huống lạ liên quan đến nhiều biến số khác trong tương tác bố con. Chẳng hạn, họ nhận thấy các bà mẹ của số trẻ gắn bó an toàn thường nhạy cảm và phản ứng với con mình nhiều hơn ngay cả ở

Bảng 20.4 Các tình tiết liên quan trong đánh giá "tình huống lạ" của Ainsworth

Số	Thời gian	Mô tả tình tiết
1	30 giây	Người quan sát giới thiệu với mẹ và bé căn phòng thí nghiệm, rồi bỏ đi.
2	3 phút	Mẹ thụ động ngồi chờ trong khi trẻ tìm hiểu.
3	3 phút	Người lạ bước vào im lặng một phút, chuyện trò với người mẹ một phút, đến gần trẻ một phút. Sau 3 phút, người mẹ khó chịu bỏ đi.
4	3 phút*	Người lạ phản ứng với trẻ, chơi, vỗ về, v.v... khi thích hợp.
5	3 phút**	Người mẹ trở vào phòng an ủi trẻ sau đó ổn định cho trẻ chơi trở lại, rồi bỏ đi nói "tạm biệt".
6	3 phút*	Trẻ ở một mình.
7	3 phút*	Người lạ vào phòng và tương tác với trẻ.
8	3 phút	Người mẹ trở vào, nói lời chào mừng và bế trẻ lên. Người lạ khó chịu bỏ đi.

* Hoặc ít hơn nếu trẻ quá đau buồn.

** Hoặc nhiều hơn nếu cần thiết.

Bảng 20.5 Hành vi kết hợp với các mối quan hệ khác nhau

	Lảng tránh	**An toàn**	**Hai chiều**
Tìm kiếm sự gần gũi	Thấp	Cao	Cao
Duy trì sự tiếp xúc	Thấp (nếu đau buồn)	Cao	Cao
Lảng tránh sự gần gũi	Cao	Thấp	Thấp
Phản đối tiếp xúc	Thấp	Thấp	Cao
Khóc (trước khi chia cách)	Thấp	Thấp	Đôi khi
Khóc (chia cách)	Cao hay thấp	Cao hay thấp	Cao
Khóc (đoàn tụ)	Thấp	Thấp	Trung bình/cao

trẻ vài tháng tuổi. Họ cũng thường giữ con mình cẩn thận hơn các bà mẹ có mối quan hệ được phân loại là lảng tránh hay hai chiều.

Nghiên cứu của Main, Tomasini và Tolan (1979) nhận thấy các bà mẹ có con trong mối quan hệ lảng tránh, thể hiện sự phản đối và ác cảm khi tiếp xúc cơ thể nhiều hơn các bà mẹ có con trong mối quan hệ hai chiều. Họ cũng thể hiện sự giận dữ được kiềm chế nhiều hơn, và đôi khi hành động với con mình theo cách ngụ ý rằng mặc dù họ đang điều chỉnh để thích nghi với tình huống chăm sóc trẻ, họ hành động như thế vì bắt buộc.

Ba phân loại mối quan hệ gắn bó của Ainsworth tỏ ra hữu ích trong cấu trúc nghiên cứu sự phát triển gắn bó giữa mẹ và con. Tuy nhiên, Main và Weston (1981) cho rằng vẫn còn nhiều trẻ không phù với phân loại Ainsworth, mặc dù hầu hết các trẻ khác đều phù hợp. Do đó, họ cho rằng nhấn mạnh quá mức 3 loại gắn bó này là điều sai lầm – điều quan trọng nên nhớ là các loại gắn bó có thể có nhiều thay đổi. Chẳng hạn, một số trẻ thể hiện hành vi thích hợp với gắn bó an toàn trong một số tình huống, hành vi lảng tránh trong các tình huống khác và hành vi hai chiều trong các tình huống khác nữa. Một trẻ bất kỳ thể hiện sự hỗn hợp nhiều loại phản ứng khác nhau, vì thế chúng ta cần thận trọng không nên phân loại các mối quan hệ quá cứng nhắc.

Hệ thống trong hành vi ở trẻ

Bowlby (1973) nêu bật 4 hệ thống chính trong hành vi ở trẻ được mô tả trong Bảng 20.6. Theo Bowlby, trẻ sử dụng tất cả 4 hệ thống này khi tương tác với môi trường và những người xung quanh nhưng sự kích hoạt mạnh một hệ thống bất kỳ trong số này trong một thời điểm bất kỳ có khuynh hướng ức chế hệ thống còn lại. Vì thế, chẳng hạn, kích hoạt mạnh hệ thống gắn bó sẽ ức chế hệ thống tìm hiểu và hội nhập. Kích hoạt mạnh hệ thống sợ/ đề phòng sẽ ức chế hệ thống hội nhập và tìm hiểu, cũng như hành vi tương tự khác.

Bảng 20.6 Hệ thống hành vi ở trẻ

Hệ thống gắn bó	Phối hợp với tìm kiếm sự gần gũi để đảm bảo sự bảo vệ hay chăm sóc cá nhân.
Hệ thống sợ/ đề phòng	Phối hợp hành vi bao gồm việc lảng tránh người hay sự kiện theo nhận thức nguy hiểm đối với cá nhân.
Hệ thống hội nhập	Kiểm soát hành vi chẳng hạn như tương tác xã hội khi chơi với người khác.
Hệ thống tìm hiểu	Kiểm soát sự tìm hiểu môi trường phi xã hội.

Nguồn: Phỏng theo Bowlby, 1976

Tuy nhiên, mô hình này cho rằng sợ và đề phòng chắc chắn ức chế hành vi gắn bó, và có một số đề nghị từ nghiên cứu của Ainsworth cho rằng điều này không phải như thế. Đánh giá từ những gì chúng ta biết được về khả năng ban đầu của trẻ và từ tầm quan trọng của sự tương tác đối với trẻ, gắn bó có vẻ là cơ chế chính ở trẻ, lấn áp hầu hết các cơ chế khác.

Lập luận ban đầu của Bowlby cho rằng chọn lọc tự nhiên thường ủng hộ người mẹ bảo vệ nhưng cũng có một số chứng cứ cho rằng nhiều bà mẹ chủ động đề xướng sự độc lập của con cái, chọn lọc tự nhiên có khuynh hướng ủng hộ những ông bố này, ở chỗ con cái như thế thường được trang bị tốt để giải quyết kinh nghiệm mới hay chưa từng thấy mà chúng đang gặp. Dựa trên nghiên cứu sự gắn bó ở động vật cũng như nghiên cứu về trẻ và bố (xem Khung 20.1), Hinde (1983) cho rằng yêu cầu quan trọng theo nghĩa tiến hóa là trẻ nổi bật từ mối quan hệ của mình phải điều chỉnh cho thích hợp với xã hội trẻ đang sống.

Khung 20.1 Có phải là cách làm mẹ lý tưởng hay không?

Nhiều nghiên cứu đáng kể dựa vào quan điểm của Bowlby cho rằng hành vi bảo vệ của người mẹ là một cơ chế có lợi về mặt tiến hóa đối với cá thể. Bowlby cho rằng cơ chế thúc đẩy sự lệ thuộc của trẻ vào người mẹ sẽ là cơ chế giúp trẻ có nhiều khả năng tồn tại hơn.

Mặc dù quan điểm này có một số hạn chế. Hinde (1983) cho rằng trong bối cảnh tiến hóa cũng có chứng cứ cho rằng có thể là lợi thế tiến hóa đối với người mẹ thúc đẩy sự độc lập ở con mình và cũng có một số bà mẹ chủ động thúc đẩy sự độc lập ở con trước khi trẻ sẵn sàng độc lập.

Nghiên cứu của Altman năm 1980 cho thấy khỉ đầu chó mẹ thường hạn chế và bảo vệ con mình nhiều hơn nên có số con sống còn trong những tháng đầu cao hơn, nhưng số lượng con còn sống kém hơn nếu chúng mồ côi. Mẹ ít bảo vệ (có nhiều sự khác biệt giữa khỉ đầu chó trong một nhóm cụ thể) sẽ làm cho cá thể con sẵn sàng tồn tại độc lập hơn.

Vì thế, chúng ta có thể nhận thấy rằng có nhiều lập luận ủng hộ và phản đối sự thúc đẩy lệ thuộc tăng cường. Hinde cũng nhấn mạnh rằng lập luận chọn lọc tự nhiên không hẳn tạo ra một cách làm mẹ lý tưởng (chẳng hạn như thúc đẩy sự lệ thuộc). Trong một xã hội bất kỳ, kỹ thuật làm mẹ tạo ra những đứa con "tốt nhất" thay đổi theo nhiều yếu tố: quan điểm trong gia đình, tình huống xã hội và vật chất (như cung cấp thức ăn và có sự giành ăn hay không), trẻ là nam hay nữ, v.v... Dĩ nhiên, ở trẻ sự khác nhau văn hóa cũng ảnh hưởng đến chiến lược làm mẹ bằng kết quả, và những gì được xem là đáng mong muốn đối với trẻ.

TÁC DỤNG CỦA KINH NGHIỆM BAN ĐẦU

Nghiên cứu của Ainsworth phần lớn tập trung vào tác dụng chia cách bố với trẻ ngắn hạn, nhất thời. Nhưng điều gì xảy ra nếu chia cách kéo dài hơn một năm, hay nếu chia cách vĩnh viễn, hay nếu trẻ không bao giờ có thể hình thành sự gắn bó với một người khác nói chung? Bowlby cho rằng 5 năm đầu tiên mang tính quyết định đối với sự phát triển sau này của trẻ. Điều này mô tả những gì được biết với tên **giả thuyết tính liên tục:** khái niệm cho rằng thời sơ sinh thương tổn sẽ dẫn đến thời thơ ấu thương tổn, đến lượt sẽ dẫn đến tuổi trưởng thành thương tổn.

Giả thuyết tính liên tục đầu tiên do Freud đề xuất, ông cho rằng sự kiện thậm chí ngay trong năm đầu tiên của trẻ cũng có tác dụng kéo dài đến nhân cách khi trưởng thành. Đây là chủ đề thường gặp trong tiếp cận phân tâm học khi tìm hiểu sự phát triển ở trẻ xưa nay. Nhưng một số nghiên cứu kinh nghiệm ban đầu đã đặt vấn đề liệu điều này thực ra có phải thế không – liệu không thể hồi phục tổn thương do kinh nghiệm ban đầu thương tổn gây ra hay không.

Nuôi con cơ sở hóa

Một cách trong đó trẻ có thể bị tước đoạt cơ hội hình thành sự gắn bó cá nhân thông qua tương tác, là trẻ được nuôi dạy ở cơ sở chẳng hạn như trại mồ côi hay nhà trẻ. Nghiên cứu sự gắn bó nói chung tập trung vào sự gắn bó phát triển giữa bố và con trong một môi trường quen thuộc. Nhưng một số nghiên cứu khảo sát kết quả của việc nuôi con cơ sở hóa, và sự gắn bó phát triển ở trẻ.

Tizard và Hodges (1978) nghiên cứu trẻ sinh ra từ các bà mẹ không kết hôn, được đưa vào các cơ sở trước khi trẻ 4 tháng tuổi. Mặc dù những cơ sở chăm sóc trẻ là những cơ sở tốt, hệ thống chăm sóc nhằm mục đích đảm bảo rằng trẻ không gắn bó hệ thống với một thành viên bất kỳ trong đội ngũ. Giống như nhiều cơ sở khác như thế, luôn có sự luân chuyển thành viên đội ngũ rất cao, vì thế trẻ nuôi trong cơ sở trong 4 năm thường có đến 50 người chăm sóc khác nhau.

Trẻ được nghiên cứu trong 3 trường hợp: thứ nhất khi còn là sơ sinh, kế đến ở độ tuổi 4 và 8. Chia trẻ thành 4 nhóm, một nhóm gồm những trẻ vẫn còn trong các cơ sở. Nhóm thứ hai gồm những trẻ nuôi trong cơ sở, sau đó được nhận làm con nuôi. Nhóm thứ ba gồm những trẻ trong cơ sở được trả về mẹ ruột. Các nhà nghiên cứu cũng bao gồm một nhóm trẻ kiểm soát thứ tư xuất thân từ các gia đình có nền tảng kinh tế, xã hội tương tự. Nói chung, các nhóm rất giống nhau về độ tuổi và địa vị kinh tế, xã hội, mặc dù bố mẹ nuôi thường lớn tuổi hơn và thuộc giai cấp trung lưu nhiều hơn bố mẹ trong tất cả các phân loại khác.

Khi quan sát trẻ 4 tuổi, họ nhận thấy có nhiều dấu hiệu kinh nghiệm sống trong cơ sở của trẻ. Số trẻ đã sống trong cơ sở nhưng lúc này được nhận làm con nuôi thường vô cùng thân thiện, không phân biệt đối với người lạ. Số trẻ vẫn còn sống trong cơ sở thể hiện sự tìm kiếm chú ý đáng kể, thường có khuynh hướng "đeo bám" người lớn. Chúng thể hiện sự tương tác đồng tuổi rối loạn – hay lý sự và cãi vả với trẻ khác. Mặc dù khuynh hướng của trẻ là đeo bám người lớn, nhưng số trẻ sống trong cơ sở thể hiện sự gắn bó hời hợt với người chăm sóc. Trong số 26 trẻ thuộc mẫu này, có 2 trẻ nói chung không biểu hiện sự ưa thích giữa những người chăm sóc khác nhau, phần lớn số trẻ thể hiện sự ưu thích nói chung không bị rối loạn khi người "đặc biệt" của chúng nghỉ việc hay vắng mặt. Trong số nhóm 26 trẻ, 18 trẻ cho rằng không quan tâm sâu sắc bất kỳ ai.

Khi Tizard và Hodges khảo sát cũng số trẻ ấy ở độ tuổi 8, những trẻ trước đây nuôi trong cơ sở nay được trả về mẹ ruột có vẻ gặp những khó khăn về hành vi. Hai phần ba mẫu nhận được sự giúp đỡ chuyên môn để điều trị rối loạn hành vi, so với chưa đến 1/3 số trẻ cơ sở hóa và thuộc nhóm kiểm soát, và chưa đến 1/10 số trẻ được nhận làm con nuôi. Trẻ cũng có khuynh hướng ít gắn bó với mẹ mình hơn, và các bà mẹ cũng cho biết mình cũng không gắn bó với số trẻ ấy.

Chỉ một nửa các bà mẹ có con trả về và những người chăm sóc trẻ trong cơ sở cho rằng họ đã chơi với trẻ trong tuần. Điều này tương phản rõ nét với 2 nhóm khác: 90% số bố mẹ nuôi và 72% số bố mẹ thuộc giai cấp lao động cho rằng họ đã chơi với con mình vào ngày cuối tuần. Thầy cô dạy trẻ cũng đánh giá những trẻ trước đây nuôi dạy trong cơ sở, thậm chí số trẻ được nhận làm con nuôi, trong trường học có nhiều rối loạn hành vi hơn nhóm kiểm soát, nhưng trẻ được trả về mẹ ruột biểu hiện rối loạn hành vi nghiêm trọng nhất. Tuy nhiên luôn có thể rằng thầy cô biết về lý lịch của từng em, ảnh hưởng đến chứng cứ sau cùng này thông qua hoạt động **dự đoán tự thực hiện.**

Hậu quả của gia đình đổ vỡ

Cũng có một số chứng cứ cho thấy sự đổ vỡ trong gia đình vào thời thơ ấu cũng ảnh hưởng đến cách bố mẹ tương tác với con, ảnh hưởng đến sự gắn bó phát triển ở trẻ. Nghiên cứu của Frommer và O'Shea năm 1973 cho thấy các bà mẹ đã bị nhiều căng thẳng hay gia đình đổ vỡ trong thời thơ ấu thường trở thành những bà mẹ ngược đãi, hay rất chia rẽ. Nhưng Rutter (1979) nhận thấy số phụ nữ trước đây được nuôi dưỡng trong cơ sở nhưng sau đó kết hôn với người chồng ổn định, hạnh phúc trong hôn nhân, có khả năng trở thành những bà mẹ tốt hơn.

Có vẻ không hẳn có mối quan hệ đơn giản giữa kinh nghiệm thời thơ ấu của bố mẹ và cách làm bố mẹ của chính họ. Thay vào đó, cách làm bố mẹ có vẻ lệ thuộc vào nhiều yếu tố. Theo Rutter (1979) những yếu tố này bao gồm yếu tố quá khứ chẳng hạn như sự có mặt mâu thuẫn hôn nhân của bố mẹ và chia cách bố con hay từ chối phối hợp hành động, cũng như những yếu tố hiện tại như tình hình kinh tế, xã hội của cá nhân và các yếu tố tâm lý liên quan đến tình huống của chính cá nhân, chẳng hạn như cảm nghĩ mình bị kiểm soát (xem Chương 13).

TRANH LUẬN TƯỚC ĐOẠT MẸ

Một kết quả trong quan điểm tính đơn hướng của Bowlby – quan điểm cho rằng có sự khác nhau về chất giữa mối quan hệ của trẻ với mẹ và tất cả mối quan hệ khác của trẻ – là ngụ ý cho rằng rối loạn nghiêm trọng sẽ phát sinh nếu mối quan hệ này bị phá vỡ hay tổn thương.

Một phần trong chứng cứ của Bowlby về điều này phát xuất từ nghiên cứu 44 trẻ phạm pháp. Những trẻ này bị bắt vì tội cướp giật và phải vào bệnh viện tư điều trị. Trong tư cách nhà phân tâm học, Bowlby cho rằng nguồn gốc hành vi phản xã hội có thể nằm trong sự đổ vỡ ban đầu của mối quan hệ mẹ con, và nghiên cứu của ông cho thấy 17 trong số 44 trẻ phạm pháp bị tách khỏi mẹ một khoảng thời gian trước khi chúng 5 tuổi. So sánh với trẻ tương tự bị rối loạn cảm xúc nhưng không ăn cắp, cho thấy số trẻ này bị tách khỏi mẹ ít hơn. Bowlby kết luận **sự tước đoạt mẹ** – bị tước mất mẹ trong 5 năm đầu đời – ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự phát triển xã hội ở trẻ, tạo ra tình trạng phạm pháp, hư hỏng ở trẻ.

Trong mẫu của ông có hai trẻ phạm pháp đặc biệt, có vẻ ít có ý thức xã hội. Hội chứng này được Bowlby mô tả là **bệnh thái nhân cách vô cảm**, ông cho rằng hội chứng này là hậu quả cực đoan của sự tước đoạt mẹ. Nếu trẻ thiếu mối quan hệ đặc biệt với mẹ, khi lớn lên trẻ không thể hình thành mối quan hệ với người khác. Không có mối quan hệ với người khác, trẻ không thể tuân thủ tiêu chuẩn xã hội theo cách bình thường. Vì thế, trẻ không phát triển ý thức xã hội và trở nên thái nhân cách, hành động vì tư lợi không hề nghĩ đến người khác.

Chứng cứ khác của Bowlby (1951) viện dẫn thực ra có vẻ cho rằng sự thương tổn như thế có thể là nguyên nhân, vả lại có thể kéo dài cho đến đời sống trưởng thành. Bowlby dẫn chứng nghiên cứu của Spitz (1945), mô tả do trẻ có cảm giác trầm cảm khi mất bố có thể kéo dài đến tuổi trưởng thành, và nghiên cứu của Goldfarb (1943), cho thấy những trẻ sống trong cơ sở trong 3 năm đầu đời ít kết bạn hơn, tuân thủ nguyên tắc kém hơn, kém thông minh hơn (đánh giá theo trắc nghiệm IQ) nhóm so sánh khác.

Chứng cứ khác đối với "tước đoạt mẹ" được nhiều người tán thành. Patton và Gardner (1963) đưa ra khái niệm **hiện tượng lùn tước đoạt** chứng minh rằng trẻ bị tước đoạt, bỏ bê thường có kích thước nhỏ hơn các trẻ khác. Một nghiên cứu khác của Bowlby (1956) về 60 trẻ đã có thời gian sống trong nhà an dưỡng trước khi chúng 4 tuổi cho thấy kết quả học tập thấp hơn vào thời thơ ấu sau này và thường có khuynh hướng dễ bị kích thích, hay mơ tưởng.

Khía cạnh chính trị trong tranh luận tước đoạt mẹ

Nghiên cứu của Bowlby nhanh chóng khoác lên mình một khía cạnh chính trị, khi lập luận của ông được các nhóm gây áp lực thời hậu chiến nắm bắt cho rằng, phụ nữ phải ở nhà và chăm sóc con cái toàn thời gian. Lý do tại sao điều này trở thành một vấn đề chính trị nhạy cảm là vì vào thời điểm ấy có nhiều quân nhân phục viên, điều cần thiết là phải có nhiều việc làm dành cho họ. Vì trong thời chiến có nhiều phụ nữ làm việc và tiếp tục làm việc sau đó, một số người cho rằng số phụ nữ này nên ở nhà trông con, nhường phần việc cho số quân nhân phục viên.

Tính chất chính trị trong tranh luận này có nghĩa nghiên cứu Bowlby được mọi người biết đến, chắc chắn bị kích động. Tuy nhiên, chính Bowlby kết luận trong quyển *Child Care and the Growth of Love* (Bowlby, 1951), liệt kê các loại tình huống có khả năng làm tổn thương ở trẻ. Đây là những tình huống cực đoan nhất như "chiến tranh", "nạn đói", "chết", và v.v..., nhưng ông bao gồm trong liệt kê này "mẹ làm việc toàn thời gian", và chính nhóm từ này tiếp thêm dầu vào cuộc tranh luận cho đến khi nhóm từ "tước đoạt mẹ" trở thành lời nói đầu môi trong xã hội.

Người ta cho rằng mẹ phải ra ngoài làm việc là tước đi sự chăm sóc và chú ý mà con mình đang cần, do đó khiến trẻ bị thương tổn tâm lý kéo dài. Các nhà nghiên cứu khác cũng bắt đầu khảo sát tình huống có vẻ làm cho trẻ bị tổn thương tâm lý. Những tình huống này hầu như chắc chắn quy cho sự tước đoạt mẹ, mặc dù nghiên cứu sau này được Rutter (1981), tóm tắt cho thấy thực ra chứng cứ đối với những lập luận này không có cơ sở. Khi khảo sát kỹ chủ đề, nhiều giải thích và cơ chế phát sinh.

Vấn đề trong khái niệm tước đoạt mẹ

Có vẻ rõ ràng rằng rối loạn tâm lý nghiêm trọng phát sinh từ kinh nghiệm ban đầu đổ vỡ. Nói chung, những rối loạn như thế có vẻ cản trở khả năng hình thành các mối quan hệ có ý nghĩa với người khác, ngay cả trong những thời điểm tạo ra "bệnh thái nhân cách vô cảm" của Bowlby. Tuy nhiên có 3 vấn đề vẫn chưa rõ. Một trong số này là liệu những hậu quả này có thực sự phát sinh từ sự đổ vỡ mối quan hệ mẹ con hay không. Rutter (1981) chứng minh các yếu tố khác cũng tham gia, chẳng hạn quan tâm đến cơ thể và tình cảm nói chung, không có mối quan hệ có thể bất kỳ với người khác và/hoặc sự tước đoạt đời sống cơ sở khái quát hóa nhiều hơn. Để quy kết cứng nhắc vào sự gắn bó mẹ con bị rối loạn là vượt khỏi dữ liệu.

Vấn đề có thể tranh luận thứ 2 là liệu hậu quả như thế có vĩnh viễn hay không. Như chúng ta đã biết, Tizard và Hodges (1978) chứng minh rằng trẻ được nhận làm con nuôi muộn vẫn phát triển được mối quan hệ tích cực với người khác mặc dù bị tước đoạt ban đầu. Tương tự, Clarke và Clarke (1976) trình bày nhiều nghiên cứu mẫu cho thấy liệu pháp thích hợp có thể làm giảm bớt hậu quả của sự tước đoạt thậm chí ở mức nghiêm trọng.

Vấn đề có thể tranh luận thứ 3 là chỉ có vài năm đầu đời là quan trọng hay không. Trong tư cách nhà phân tâm học, Bowlby khẳng định rằng đây là những năm hình thành nhân cách, vì thế cho rằng phải có ảnh hưởng kéo dài do sự tước đoạt ban đầu. Nhưng Rutter (1979) chứng minh rằng sự phạm pháp do Bowlby quy cho kinh nghiệm ban đầu thường có thể qui cho sự căng thẳng trực tiếp trong gia đình, Power *và người khác* (1974) chứng minh rằng sự tái phạm đi kèm với tình huống trong gia đình luôn căng thẳng, trong khi phạm tội một lần thường liên quan đến rối loạn nhất thời.

Kết luận là mặc dù kinh nghiệm ban đầu chắc chắn gây ra thương tổn, nhưng có ít chứng cứ có thể phục hồi sự thương tổn như thế, và thậm chí ít có chứng cứ bản thân sự tước đoạt mẹ là nguyên nhân. Sự tước đoạt mẹ trở thành một vấn đề có thể quy kết nhiều hơn vào bối cảnh xã hội, chính trị của cuộc tranh luận.

Chúng ta có thể nhận thấy nghiên cứu kinh nghiệm ban đầu gồm nhiều biến số khác nhau. Một vấn đề là những nghiên cứu như thế thường phải dựa vào báo cáo về trẻ từ người khác, như thầy cô hay thành viên trong cơ sở, và điều này khiến họ rất nhạy cảm đối với dự đoán tự thực hiện dựa trên cơ sở mong đợi của chính thành viên đội ngũ. Nghiên cứu loại này thực ra không thể đánh giá **tính chất chăm sóc** trong gia đình, vì thế cũng khó nhận biết tại sao tình huống lại tạo ra kết quả như thế.

Nghiên cứu sự nhận làm con nuôi muộn

Quan điểm cho rằng kinh nghiệm ban đầu tạo ra hậu quả chắc chắn đối với đời sống sau này đã có ảnh hưởng mạnh đến chính sách nhận con nuôi. Suy nghĩ của các cơ quan nhận con nuôi thông thường là nên nhận con nuôi trong 5 năm đầu nếu muốn có cơ hội điều trị thương tổn do bị tước đoạt ban đầu – suy nghĩ trực tiếp phát xuất từ sự nhấn mạnh của ngành tâm lý học về tầm quan trọng của kinh nghiệm ban đầu từ những nhà nghiên cứu như Bowlby. Do đó, các cơ quan nhận con nuôi thường do dự nhận con nuôi ở độ tuổi lớn hơn, cho rằng độ tuổi như thế chắc chắn không thành công: đối với trẻ sẽ quá muộn đến mức không thể phát triển sự gắn bó thành thật với bố mẹ nuôi.

Bất chấp suy nghĩ này một số người xin con nuôi lớn tuổi. Kadushin (1976) nghiên cứu 91 gia đình nhận con nuôi lớn hơn 5 tuổi, nhận thấy đa số trường hợp đều rất thành công. Sử dụng cách đánh giá sự hài lòng của bố mẹ rút ra từ phỏng vấn, Kadushin nhận thấy 82% đến 87% số trường hợp này có kết quả hài lòng rất cao: trẻ phát triển mối quan hệ mật thiết với bố mẹ nuôi, và ít thể hiện dấu hiệu kinh nghiệm ban đầu bị ngược đãi hay bỏ mặc. Trong số 91 trường hợp nhận con nuôi chỉ có hai trường hợp thất bại, sau đó trẻ bỏ nhà bố mẹ nuôi: trong tất cả các trường hợp khác, trẻ và gia đình vẫn còn gắn bó khi người ta tiến hành nghiên cứu, 6 năm sau khi nhận con nuôi.

Những nghiên cứu khác về trẻ được nhận làm con nuôi muộn cũng nhận thấy kết quả tương tự mặc dù những trẻ này thường bị bỏ qua trong thuyết tước đoạt mẹ. Chẳng hạn năm 1945, Roe báo cáo nghiên cứu 36 người vừa-trưởng thành đã được nhận nuôi sau khi hơn 5 tuổi, vì bố mẹ họ tiếp tục bỏ mặc, ngược đãi hay nghiện rượu kinh niên. Roe nhận thấy hầu hết số trẻ này đã có đời sống thành công, tích cực, theo nghĩa hình thành tình bạn, tham gia cộng đồng và hình thành mối quan hệ cá nhân gắn bó. Đa số đều hạnh phúc trong hôn nhân. Thực ra, không có sự khác nhau nào giữa họ và nhóm người lớn kiểm soát từ các gia đình bình thường đã bị xáo trộn trong thời thơ ấu do bố mẹ bệnh nặng hay mất.

Trong một nghiên cứu theo dõi 20 trẻ vào đầu thời thơ ấu được đưa vào cơ sở nuôi dưỡng, Maas (1963) cũng báo cáo rằng 20 năm sau số trẻ này không có biểu hiện hậu quả bị thương tổn. Nghiên cứu loại này trực tiếp phủ nhận sự nhấn mạnh của Bowlby về tầm quan trọng của sự gắn bó ban đầu trong 5 năm đầu đời. Thay vào đó, họ cho rằng trẻ phục hồi nhiều hơn là những lý thuyết ấy công nhận, và thương tổn ban đầu có thể khắc phục – nhưng chỉ khi môi trường sau này của trẻ cung cấp bối cảnh cảm xúc và xã hội để điều này diễn ra. Đối với một số trẻ, tình huống gây thương tổn vẫn còn trong suốt thời thơ ấu sau này và thời thanh niên, vì thế trẻ không có cơ hội phục hồi từ những gì đã xảy ra ở trẻ.

Kadushin (1976) cho rằng một giải thích về cách trẻ phục hồi là trẻ có khả năng có một dải hành vi rộng hơn những nghiên cứu ban đầu thừa nhận. Trong một loại môi trường khác nhấn mạnh những khía cạnh khác nhau về nhân cách vào chú ý đến những khía cạnh cần thiết trong giai đoạn căng thẳng. Chẳng hạn, bối cảnh xã hội, đối với hầu hết trẻ nuôi nhấn mạnh tính chất có thể chấp nhận xã hội và sự tham gia xã hội, là sự tương phản rõ nét với bối cảnh xã hội mà trẻ bị bỏ bê trải qua, trẻ bị người khác ruồng bỏ trong xã hội do kết quả của nền tảng gia đình. Những yếu tố này giúp thúc đẩy một hình ảnh về cái tôi tích cực hơn đối với trẻ, và khuyến khích sự gắn bó mới cũng như nhận thức xã hội tích cực.

TRẺ BỊ TƯỚC ĐOẠT NGHIÊM TRỌNG

Quan điểm cho rằng căn cứ vào môi trường thích hợp, trẻ có thể phục hồi thậm chí từ những kinh nghiệm ban đầu hoàn toàn nghiêm trọng, được nhiều nghiên cứu về trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng ủng hộ. Trong nhiều thế kỷ, có nhiều truyền thuyết khác nhau về **trẻ người sói** – trẻ được phát hiện trong rừng, có vẻ như chưa hề có sự tiếp xúc xã hội – bắt đầu bằng Romulus và Remus, những người thành lập thành Rome theo truyền thuyết, người ta cho rằng 2 người này do một sói cái nuôi dưỡng. Tuy nhiên, không như Romulus và Remus hầu hết cá nhân được mô tả trong báo cáo được nghĩ rằng chưa hề được khai hóa thực sự. Quan niệm cho rằng số trẻ như thế không thể dạy dỗ được vì kinh nghiệm ban đầu đã tạo ra sự thương tổn vĩnh viễn. Tuy nhiên, nghiên cứu trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng trong thế kỷ này cho thấy có lẽ những trường hợp này không thể thay đổi được, chúng ta không thể biết được đầy đủ chi tiết về những trường hợp ban đầu ấy.

Trẻ song sinh Czechoslovak

Koluchova (1976a) báo cáo sự phát hiện cặp trẻ song sinh 7 tuổi ở một địa điểm sau này thuộc nước Czechoslovakia. Những trẻ song sinh này bị bỏ mặc trong suốt thời thơ ấu. Mẹ mất ngay sau khi sinh, 11 tháng sau đó trẻ được cơ sở nuôi dưỡng, sau đó trở về nhà sống chung với bố và dì ghẻ. Phần thời gian còn lại, trong chừng mực biết được trẻ bị bỏ phế nghiêm trọng cũng như bị hành hạ thể xác, hầu hết từ người dì ghẻ, mặc dù người bố có một lần chứng kiến 2 con bị buộc nằm sấp dưới đất, người dì đánh bằng vòi nước cao su đến mức không thể cục cựa nổi.

Khi được phát hiện, người ta nhận thấy phần lớn thời gian của trẻ bị nhốt trong một phòng vệ sinh nhỏ xíu hay bị nhốt trong chái nhà. Trẻ không có đồ chơi nào ngoại trừ một nắm ô gạch xây và không tiếp xúc xã hội với người khác. Khi được phát hiện gần như hai em không thể đi được, không có ngôn ngữ mặc dù đôi lúc cũng cố bắt chước lời nói của người lớn, và tỏ ra (không có gì phải ngạc nhiên) rất nhút nhát và không tin người khác. Hai em không chơi tự phát, không thể hiểu được hình vẽ, vì trước đây chưa hề thấy bao giờ.

Sau một thời gian nuôi dưỡng ở cơ sở, đã giúp hai em phục hồi một số triệu chứng cơ thể tệ hại nhất, 2 em được hai xơ tuổi trung niên chăm sóc, các xơ hiểu được hoàn cảnh các em và có thể cung cấp cho các em loại kích thích và sự quan tâm thương yêu thích hợp. Khi thích nghi với cuộc sống mới, các em bắt đầu phát triển nhanh chóng, chẳng bao lâu phát triển khả năng và kỹ năng mà trước đây các em không có. Ở trường học, các em vui vẻ và kết bạn với các trẻ khác, không thể hiện dấu hiệu nào của kinh nghiệm trước đây, chỉ số IQ của các em thay đổi từ khoảng 40, 50 khi được phát hiện lần đầu, thành 100, 101 khi các em 14, các em cũng phát triển các mối quan hệ đằm thắm, thương yêu với mẹ nuôi và các xơ.

L.H.

Một số nhà tâm lý học cho rằng sự phục hồi của trẻ song sinh có thể chỉ vì trẻ có khả năng duy trì mối quan hệ cảm xúc với người khác, đã làm sống lại khả năng gắn bó ở trẻ. Nhưng Koluchova (1976b) quy kết sự phục hồi của trẻ vào mối quan hệ với người mẹ nuôi nhiều hơn. Để ủng hộ cho quan điểm này là trường hợp một trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng khác, LH sau cùng cũng được nuôi trong cùng gia đình với trẻ song sinh. Trẻ này đã bị bỏ bỏ và bị đối xử tàn nhẫn từ lúc sơ sinh, năm lên 4 phải bỏ nhà. Vì trẻ thể hiện hành vi gây hấn và kích động khi được chăm sóc nên người ta chuyển vào một cơ sở tâm thần, ở đó trong vài năm cho đến khi người mẹ nuôi trẻ song sinh hay tin, đến để xin nuôi dưỡng.

Bất chấp bị chẩn đoán là giảm thiểu trí năng và không thể phục hồi, trẻ có nhiều tiến bộ đáng kể trong môi trường mới. Chỉ số IQ tăng lên đáng kể cũng như sự ổn định xã hội. Trẻ hình thành mối quan hệ gắn bó với những người khác trong gia đình (hai người chị và trẻ song sinh), trẻ học đọc, học viết tốt, cũng thể hiện năng khiếu âm nhạc trước đây không hề nghĩ đến.

Tuy nhiên, L.H. cũng bị mất trí nhớ và tập trung, người ta cho rằng do chấn thương não khi bỏ bê trẻ lúc đầu, và có vẻ không phục hồi chấn thương cảm xúc hoàn toàn như trẻ song sinh. Vì thế có thể cho rằng mối quan hệ của trẻ song sinh với người khác đã làm thuyên giảm một ít tác động của kinh nghiệm ban đầu, mặc dù không có vẻ là đặc điểm quyết định có phục hồi được hay không.

Anna

Davis (1947) mô tả 2 trẻ khác cũng bị bỏ bê nghiêm trọng, một tên là Anna được phát hiện lúc 6 tuổi, vài tháng đầu đời của cô bị thay đổi do sự nhận con nuôi bất thành (cô là một bé bệnh hoạn có nghĩa là bố mẹ nuôi không nhận), sau cùng gởi trả về nhà mẹ ruột. Vì cô là con hoang, và ông cô, người chủ ngôi nhà, không muốn cô có mặt, cô bị nhốt gần sát mái nhà, một ít thức ăn, không có sữa bò, không có tiếp xúc xã hội. Khi được phát hiện cô không nói được, không đi được, hay không tự múc cơm ăn, và hoàn toàn vô cảm.

Tuy nhiên, sau khi chăm sóc được 3 năm, cô có nhiều tiến bộ đáng kể. Cô học nói, ít nhất theo tiêu chuẩn của trẻ 2,5 tuổi (chúng ta đã nghiên cứu sự phát triển ngôn ngữ trong Chương 4), có khả năng vận động và chơi với các trẻ khác. Tuy nhiên, cô vẫn còn ốm yếu, bệnh hoạn, và chết khi 10 tuổi. Mặc dù một trong những trở ngại đối với trường hợp của Anna là người ta ít biết về bố cô, hay thậm chí ông ta là ai, vì thế không thể loại trừ khả năng có thể cô bị mắc bệnh bất lực tâm thần di truyền.

Isabelle

Davis (1947) cũng báo cáo nghiên cứu của trẻ khác được phát hiện khoảng cùng thời với Anna. Isabelle được phát hiện lúc 6,5 tuổi. Cô là con hoang, mẹ bị câm điếc vì thế cô không có kinh nghiệm ngôn ngữ nói. Cô bị nhốt trong một phòng tối om, không có tiếp xúc xã hội với người khác. Do đó, cô không nói được, không phân biệt đồ vật hay con người và hành động gần giống như trẻ sơ sinh. Ấn tượng khi phát hiện ra cô là cô không thể đọc được, không chắc có khả năng phục hồi do bị tước đoạt ban đầu.

Isabelle được giới chuyên môn quan tâm cũng như được chăm sóc thương yêu, đầm ấm. Sự phục hồi của cô thật ấn tượng: 1,5 năm sau ngày phát hiện ra cô, cô đã gây ấn tượng đối với một nhà tâm lý học đến thăm bằng dáng vẻ của một cô gái sáng láng, ít nhiều hạnh phúc. Trong trường cô học giỏi, vui vẻ, hòa đồng với bạn cùng lớp. Davis nhận xét ngoài việc tổn thương không thể phục hồi, những năm phát triển câu thúc có vẻ dẫn đến kết quả sự phục hồi tăng tốc: cô tiếp thu nhanh hơn các trẻ khác trong cùng độ tuổi và nhanh chóng hình thành kỹ năng mà cô thiếu trước đây.

Giống như nghiên cứu sự nhận con nuôi muộn, nghiên cứu trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng cho thấy 5 năm đầu đời không quan trọng như trước đây người ta thường nghĩ. Mặc dù điều rõ ràng là trẻ có thể bị thương tổn nghiêm trọng vào thời điểm ấy nhưng cũng có thể nếu trẻ có một loại môi trường thích hợp sau này và được điều trị chuyên môn thích hợp, trẻ có thể phục hồi đến một mức độ nào đó, thậm chí từ những kinh nghiệm chấn thương sâu. Những trẻ như thế có thể hình thành mối quan hệ gắn bó, đằm thắm với người khác cũng như phát triển kỹ năng và khả năng cần thiết cho đời sống sau này. Nhưng điều này không có nghĩa là sự phục hồi như thế là dễ hay chỉ xảy ra không có sự giúp đỡ chuyên môn và mối quan hệ yêu thương, đầm ấm từ người khác.

TRÒ CHƠI

Ai cũng biết rằng trẻ chơi, hầu hết chúng ta nghĩ rằng trò chơi giúp trẻ phát triển, nhưng khi nói về trò chơi chúng ta muốn ám chỉ điều gì? Làm cách nào để định nghĩa? Điều này không phải dễ: cố định nghĩa trò chơi làm nảy sinh nhiều loại câu hỏi chẳng hạn như chúng ta đề cập đến mức độ nào. Chúng ta có nên bao hàm sở thích hay không? Chúng ta có nên bao hàm người lớn thích đi vào quán rượu chơi trò phóng phi tiêu hay không? Hay chúng ta giới hạn nghiên cứu của mình chỉ ở những gì trẻ đang làm? Khi chúng ta để ý những việc trẻ đang làm, những gì chúng ta hàm ý qua trò chơi có vẻ rất rõ ràng, nhưng khi chúng ta cố gắng định nghĩa thì dễ bị nhầm lẫn giữa những gì được xem là trò chơi và những gì không phải.

Một số nhà tâm lý học cố định nghĩa trò chơi bằng cách nhận dạng những đặc điểm dễ phân biệt, không giống với các loại hành vi khác. Rubin, Fein và Vandenberg (1983) cho rằng đặc điểm quan trọng của trò chơi là **được thúc đẩy về bản năng** – chúng ta làm thì chúng ta cảm thấy thích, phát xuất từ bên trong chúng ta như một khuynh hướng, chứ không phải là phản ứng đối với một số loại nhu cầu hay thôi thúc bên ngoài.

Rubin *và người khác* cũng mô tả hành vi chơi ở trẻ được phân biệt bằng cách trẻ chú ý đến **phương tiện** chứ không phải **mục đích** của hành vi - chú ý nên làm như thế nào hơn là nên làm gì. Vì thế, chẳng hạn, nếu trẻ tiến hành tiệc trà búp bê thì tiêu điểm trong sự chú ý ấy là hành động sắp xếp các tách và ấm pha, và rót trà. Điều này có thể khác với nhận thức về tiệc trà ở người lớn, tập trung vào cuộc trò chuyện nhiều hơn hay nên ăn, uống món gì.

Hutt (1970) cho rằng trong khi chơi, sự tìm hiểu **tập trung vào cơ thể sống.** Nói cách khác trẻ sẽ tiếp cận một đồ vật mới "mình có thể làm gì với vật này?" hơn là "vật này có thể làm gì?" – trẻ quan tâm đến cách tương tác và sử dụng đồ vật hơn là thuộc tính của chính đồ vật.

Garvey (1977) cho rằng hành vi mà trẻ thể hiện trong khi chơi thường là hành vi **không thật –** là những hành vi liên quan đến diễn xuất hay giả vờ hơn là làm thật. Mặc dù những hành vi này liên quan đến những hành vi thật – trẻ giả vờ ăn, và hành vi ấy liên quan với hành vi ăn – nói chung thật ra không giống nhau. Đặc điểm khác của trò chơi mà Garvey nhận dạng, mặc dù không phải nhà nghiên cứu nào cũng nhất trí với bà, là trò chơi đòi hỏi người tham gia phải tham gia tích cực – phải tích cực làm việc gì đó. Trong trường hợp này, Garvey phân biệt trò chơi với hành động không mục đích khác chẳng hạn như mơ tưởng mặc dù bà công nhận rằng đôi khi chúng có thể kết hợp với nhau.

Garvey (1977) cũng cho rằng trò chơi không bị ràng buộc bởi những nguyên tắc áp đặt từ bên ngoài. Khi phát biểu điều này, Garvey rút ra sự phân biệt rõ nét giữa trò chơi "tự nhiên" ở trẻ và các trò chơi có tổ chức, nhưng quan điểm này cũng có một số vấn đề. Chẳng hạn, có sự liên kết giữa các loại trò chơi mà trẻ tham gia và những trò chơi cấu trúc nhiều hơn ở trẻ lớn tuổi hay ở tuổi trưởng thành. Trò chơi ban đầu có thể hình thành cơ sở phát triển cho những loại trò chơi về sau này, vì thế nếu chúng ta định nghĩa hành động này là trò chơi và hành động kia không phải là trò chơi thì ranh giới ở đâu? Chỉ trích khác của sự phân biệt này là trò chơi kịch tính xã hội, trẻ diễn lại các vai trò xã hội khác nhau mà trẻ chứng kiến, dường như có những nguyên tắc rất rõ ràng trẻ phải tuân theo, với nghĩa tiến hành theo cách nào.

Vì thế khi xét trò chơi theo đặc điểm để phân biệt không đơn giản như người ta nghĩ. Như chúng ta đã thấy, có một số đặc điểm mà tất cả trò chơi đều có và một số đặc điểm khác không hẳn bắt gặp ở mọi loại trò chơi. Chẳng hạn, hầu hết mọi người có lẽ đồng ý với quan niệm cho rằng trò chơi được thúc đẩy theo bản năng – con người chơi vì sự thích thú hơn là vì những lý do áp đặt từ bên ngoài. Nhưng liệu chúng ta có thể phân biệt giữa trò chơi và trò chơi có tổ chức hay không lại là vấn đề có thể tranh luận nhiều hơn nữa.

CÁC GIAI ĐOẠN TRÒ CHƠI

Nhiều nhà nghiên cứu cố phân loại các loại **trò chơi** khác nhau. Trong một lý thuyết ban đầu, Spencer (1873), cho rằng trẻ trải qua một loạt giai đoạn phát triển theo nghĩa trẻ tham gia loại trò chơi trong những độ tuổi khác nhau. Thứ nhất trong số này là **trò chơi** của trẻ phần lớn bao gồm hoạt động bên ngoài của các cơ quan vận động và nhận cảm. Vào lúc này, trẻ phát triển kỹ năng – thích để ý đồ vật, theo dõi đồ vật, nắm bắt đồ vật, có lẽ thử nghiệm bằng hoạt động vận động nhận cảm.

Một khi trẻ phát triển kỹ năng cụ thể, sau đó chuyển sang loại trò chơi mà Spencer mô tả là trò chơi "nghệ thuật" hay "thẩm mỹ". Trong thời điểm này, trẻ bắt đầu tạo ra và sử dụng đồ vật: tham gia lập mô hình, phác họa, hay xây dựng bằng các ô gạch, và những hoạt động tương tự. Theo Spencer, từ đó, trẻ chuyển qua cấp trò chơi phối hợp cao hơn chẳng hạn như trò chơi bao gồm những trò chơi cấu trúc có nguyên tắc. Spencer cũng nhận dạng sự bắt chước như một loại trò chơi thứ tư: trẻ bắt chước người lớn và động vật như một phần trong trò chơi của trẻ. Thật thú vị, tập hợp phân loại trò chơi này do Spencer đề xuất năm 1873 hầu như song song trực tiếp với các phân loại trò chơi được Piaget mô tả năm 1962.

Mô hình trò chơi của Piaget

Như chúng ta đã biết trong chương trước, Piaget cho rằng trẻ trải qua 4 giai đoạn phát triển nhận thức: vận động nhận cảm, tiền hoạt động, hoạt động cụ thể và hoạt động chính thức. Ông cũng cho rằng loại trò chơi mà trẻ tham gia khác nhau trong những giai đoạn nhận thức này. Trong giai đoạn vận động nhận cảm, Piaget cho rằng trẻ tham gia **trò chơi quán triệt** – trò chơi giúp trẻ giành quyền kiểm soát môi trường bằng cách phối hợp cơ bắp và hành động và để hiểu thông tin nhận cảm. Điều này phản ánh công việc phát triển quan trọng của giai đoạn vận động nhận cảm, là phải giành quyền kiểm soát cơ thể và hành động đối với thế giới bên ngoài.

Theo Piaget, trong giai đoạn tiền hoạt động, trẻ có khả năng tham gia **trò chơi biểu tượng** – chẳng hạn như trò chơi thật và giả vờ. Thêm một lần nữa, điều này phản ánh sự hiểu biết đang phát triển nhưng chưa đầy đủ của trẻ về thế giới rộng hơn, như được tìm thấy trong giai đoạn tiền hoạt động. Khi trẻ chuyển vào giai đoạn hoạt động cụ thể, trong đó suy nghĩ loại người lớn bắt đầu xuất hiện nhưng chỉ trong bối cảnh cụ thể và đặc trưng cao, trẻ bắt đầu tham gia **trò chơi ràng buộc nguyên tắc**. Trong trò chơi này trẻ bắt đầu xem nguyên tắc như những xây dựng tạo ra hoạt động thích thú: hoạt động trong một cấu trúc cụ thể hóa giúp trẻ thích thú nhiều hơn từ sự ganh đua hay thành tựu.

Các phân loại trò chơi xã hội

Năm 1932, Parten phân biệt giữa 5 loại trò chơi xã hội khác nhau được mô tả trong Bảng 20.7. Parten nhận dạng sự thay đổi dần qua những loại trò chơi khác nhau này khi trẻ lớn tuổi hơn mặc dù có nhiều sự chồng chéo – chúng không phải là những giai đoạn riêng biệt, rõ rệt. Dù sao, trò chơi đoàn kết và trò chơi người quan sát có vẻ phổ biến hơn đối với trẻ 2 tuổi trong khi trò chơi phối hợp và trò chơi kết hợp thường thấy ở trẻ 5 tuổi nhiều hơn.

Nhiều phân loại trò chơi khác được các nhà nghiên cứu nhận dạng. Tuy nhiên, Cohen (1987) cho rằng các phân loại trò chơi mặc dù được nhiều nhà nghiên cứu đồng ý nhưng cực kỳ hạn chế về tính hữu dụng. Một trong những vấn đề là ngụ ý rằng trẻ mỗi lần chỉ tham gia vào một loại hành vi duy nhất trong khi hầu hết trẻ em đều phối hợp nhiều hình thức trò chơi khác nhau trong một ngày hay tuần điển hình.

Bảng 20.7 Các loại trò chơi xã hội

1. *Trò chơi đoàn kết*	Trẻ thường chơi một mình và phần lớn không biết đến các trẻ khác.
2. *Trò chơi người quan sát*	Trẻ quan sát trẻ khác và có thể phản ứng với những gì trẻ khác đang làm nhưng thực ra không chơi với các trẻ khác.
3. *Trò chơi song song*	Hai trẻ thực hiện cùng loại hành động với các trò chơi giống nhau, và thường chơi cạnh nhau nhưng thực ra không chơi chung – trẻ phần lớn hành động độc lập.
4. *Trò chơi kết hợp*	Hai trẻ trở lên tương tác, cùng chung hoạt động hay nói chuyện với nhau, nhưng hoàn toàn không vì lợi ích cho nhau.
5. *Trò chơi hợp tác*	Trẻ chơi trực tiếp với các trẻ khác, theo lượt hay tham gia những vai trò bổ sung.

Nguồn: Phỏng theo Parten, 1932

Có lẽ vấn đề nghiêm trọng nhất của loại tiếp cận tìm hiểu trò chơi này theo Cohen bắt nguồn từ dữ liệu mà các nhà tâm lý học sử dụng để phát triển các phân loại lúc đầu. Thông thường, những phân loại này phát triển từ việc quan sát trẻ ở sân chơi hay nhà trẻ. Nhưng Cohen nêu rõ đây là một loại dữ liệu cực kỳ giả tạo. Thực ra, hầu hết trò chơi mà trẻ thực hiện trong thực tế diễn ra trong gia đình chứ không phải ở sân trường hay trường học. Điều này tạo sự khác biệt lớn vì nó có nghĩa hầu hết trò chơi bao gồm nhiều trẻ ở nhiều độ tuổi cùng tham gia và trẻ cũng chơi chung với người lớn. Loại tương tác và những gì được mong đợi ở trẻ vì thế chắc chắn hoàn toàn khác nhau.

Trong gia đình, đối với trẻ, hiếm khi có trẻ khác cùng độ tuổi với mình chơi chung, vì thế loại trò chơi mà trẻ tham gia thường phức tạp hơn các loại trò chơi xảy ra trong sân trường theo quy ước, nhất là khi trẻ chơi chung với anh chị. Ngay cả khi trẻ chơi với em mình thì trẻ cũng thay đổi trò chơi phù hợp với khả năng, vì thế loại trò chơi sẽ khác với loại trò chơi trẻ chơi chung với các bạn cùng lứa tuổi. Cả hai trong những tình huống này đòi hỏi mức độ hiểu biết xã hội ở trẻ cao hơn nhiều.

Cohen cho rằng trừ phi trò chơi được nghiên cứu trong bối cảnh gia đình, nếu không nhận thức về khả năng của trẻ hoàn toàn hạn chế và phi hiện thực. Phần lớn phân loại các loại trò chơi khác nhau do các nhà nghiên cứu phát triển dựa trên tập hợp quan sát hạn chế và giả tạo này. Vì thế chỉ đơn thuần phát triển hệ thống các loại hình thực ra không giúp chúng ta hiểu nhiều về phát triển trò chơi.

LÝ THUYẾT TRÒ CHƠI "CỔ ĐIỂN"

Có nhiều nỗ lực khác nhau trong việc giải thích điều gì đang diễn ra khi trẻ đang chơi. Khi xét đến những giải thích này, chúng ta có thể chia thành lý thuyết trò chơi "cổ điển" và các tiếp cận gần đây hơn. Do đó, có 4 lý thuyết trò chơi cổ điển: lý thuyết năng lượng thặng dư, lý thuyết thư giãn, lý thuyết tóm tắt và trò chơi như một mô hình thực hành. Chúng ta xét đến những lý thuyết này trước khi khảo sát một số giải thích về trò chơi trong thời gian gần đây hơn do các nhà tâm lý học đề xuất.

Trò chơi như năng lượng thặng dư

Lý thuyết năng lượng thặng dư về trò chơi lần đầu tiên được Spencer nêu ra năm 1873. Spencer cho rằng trò chơi là do năng lượng thặng dư được cơ thể tạo ra. Khi các mô và tế bào thần kinh được phục hồi, chúng làm sống lại cơ thể, tạo ra năng lượng. Một khi nhu cầu sống còn cơ bản được đáp ứng, thường có năng lượng dư, và năng lượng thặng dư này làm cho cơ thể sống hoạt động dồ vào trò chơi.

Theo Spencer, động vật cao cấp hơn trong **thang phát sinh chủng loài** (xem Chương 22), vì thế gần với con người hơn, tạo ra năng lượng nhiều hơn động vật cấp thấp. Vì điều này, động vật có khả năng chơi nhiều hơn. Loại trò chơi được tạo ra là kết quả vô thức trong bản năng tự nhiên của động vật. Vì thế, theo lý thuyết này, trò chơi ẩu đả là loại trò chơi bản năng giúp thú con hay trẻ phát triển kỹ năng sống còn của mình.

Có nhiều chỉ trích về lý thuyết trò chơi năng lượng thặng dư. Một chỉ trích cho rằng có một loại "bồn chứa" năng lượng được đổ đầy và tràn ra trẻ con hay động vật còn nhỏ, và sự thặng dư này liên tục đổ đầy và liên tục được tháo ra. Loại mô hình này còn gọi là **mô hình năng lượng nước** trong hoạt động chức năng, giống với thuyết hành vi kế thừa của Lorenz, chúng ta sẽ nghiên cứu trong Chương 22 và thuyết gây hấn của ông, chúng ta đã khảo sát trong Chương 17. Tuy nhiên, thật không may có ít chứng cứ thực nghiệm ủng hộ loại mô hình này, ở chỗ không tìm thấy chứng cứ nào ủng hộ quan điểm cho rằng cả năng lượng hay gây hấn liên tục được hình thành và liên tục cần được tháo ra thành hoạt động. Nếu có, là trường hợp ngược lại, ở chỗ những người tích cực hoạt động có vẻ tạo ra nhiều năng lượng hơn những người kém hoạt động.

Chỉ trích lý thuyết trò chơi năng lượng thặng dư liên quan đến nhận xét hành vi của trẻ. Năm 1968, Miller nhận xét trẻ chơi cho đến khi mệt lả – chúng hoàn toàn kiệt sức – nhưng sau đó nếu có một loại kích thích đánh thức hay mới lạ thì trẻ bắt đầu chơi tiếp – nói cách khác, trẻ sẽ tạo ra nhiều hoạt động hơn. Nếu trò chơi đơn thuần là kết quả của năng lượng thặng dư, một khi trẻ mệt lả thì không thể nào chơi tiếp được nữa.

Chỉ trích thứ ba về lý thuyết trò chơi năng lượng thặng dư là việc xả, tháo năng lượng thặng dư không hẳn tạo cho động vật một lợi thế về tiến hóa. Mặc dù nhu cầu sống còn cơ bản của thú đã được đáp ứng, nhưng vẫn còn những nguy hiểm không ngờ còn nhỏ có thể sẽ gặp. Trong khi chơi, động vật hay trẻ thư giãn, vì thế không cảnh giác trước nguy hiểm. Điều này làm giảm sự cảnh giác mà có thể làm cho thú nhỏ dễ bị tổn thương, do đó không thể giúp thú nhỏ sống còn.

Chỉ trích thứ tư đối với lý thuyết trò chơi năng lượng thặng dư, đây là một lập luận vòng, theo nghĩa liệu có xem năng lượng là "thặng dư" hay không. Năng lượng được xem là thặng dư chỉ khi nào nó được triển khai trong lúc chơi, nhưng nếu hành vi mà thú con hay trẻ biểu hiện mang tính "nghiêm trọng", thì sau đó năng lượng mà thú nhỏ hay trẻ sử dụng không thể xem là thặng dư. Vì thế chúng ta không có cách phát biểu dứt khoát liệu trò chơi có bao gồm năng lượng thặng dư hay không, vì nếu chúng ta chấp nhận lý thuyết thì mọi năng lượng triển khai trong trò chơi theo định nghĩa là thặng dư. Lập luận vòng vì thế không thể dùng để phán bác hay ủng hộ lý thuyết này.

Trò chơi như sự thư giãn

Lý thuyết trò chơi cổ điển thứ hai còn gọi là **lý thuyết thư giãn.** Patrick (1916) cho rằng cả trò chơi của trẻ lẫn hoạt động tiêu khiển của người lớn đều phục vụ cho chức năng phục hồi, giúp chúng ta tái tạo năng lượng của mình. Ông cho rằng điều kiện làm việc hiện đại đòi hỏi phải tập trung chú ý và phối hợp, vốn là loại hành động phức tạp và tương đối mới. Theo ông, con người không thích nghi về mặt tiến hóa đối với loại hoạt động này, vì thế cần phải được nghỉ ngơi khi mệt mỏi. Con người nghỉ ngơi bằng cách trở lại loại hoạt động mà họ thực hiện trong quá khứ tiến hóa của mình – những hoạt động như câu cá, săn bắn, v.v...

Patrick cho rằng chứng cứ đối với quan điểm này có thể nhận xét trẻ trong cách giống như những loại nhạc cụ cơ bản, rất cổ – lúc lắc, trống và tù và – là những loại nhạc cụ được xã hội loài người sử dụng ngay từ buổi đầu. Patrick lập luận, nó cũng thể hiện theo cách trẻ thường bị ám ảnh với động vật – đồ chơi của trẻ thường đầy ắp hình ảnh các con thú. Theo Patrick, cả hai điều này là sự thoái bộ trở về quá khứ nguyên thủy hơn. Tham gia những hoạt động nguyên thủy để phục hồi cá nhân bằng cách cho phép con người tiến hành hoạt động quen thuộc về mặt tiến hóa.

Mô hình này cũng bị chỉ trích. Thứ nhất, nó không giải thích tại sao con người tham gia trò chơi hoạt động cơ thể. Nếu những gì Patrick khẳng định là đúng thì chúng ta nghĩ rằng, chỉ những người tham gia các loại nghề nghiệp hiện đại mới có hoạt động giải trí, nhưng ít có chứng cứ ủng hộ điều này. Mô hình cũng không thể giải thích tại sao trẻ thời hiện đại thường dành nhiều thời gian tham gia hoạt động công nghệ cao: chẳng hạn, trò chơi vi tính, hầu như không thể xem là sự thoái hóa trở về quá khứ nguyên thủy. Nhưng Patrick đưa ra mô hình trước khi trò chơi vi tính ra đời.

Ellis (1973) cho rằng lý thuyết không giá trị với lý do trong thực tế trẻ chơi nhiều hơn người lớn. Nếu trò chơi được xem là cách hồi phục sức khỏe sau khi làm việc thì người lớn phải chơi nhiều hơn trẻ vì trẻ không tham gia cùng loại công việc chính thức như người lớn đang làm. Patrick giải thích nhận xét này cho rằng trẻ chơi "tự nhiên" hay "bản năng", nhưng Ellis phủ nhận đây không phải là giải thích thích hợp, vì để lại nhiều vấn đề tại sao trẻ chơi, chưa được trả lời.

Chỉ trích thứ ba đối với lý thuyết trò chơi thư giãn là sự lệ thuộc của thuyết vào khái niệm một số loại **trí nhớ di truyền.** Mặc dù như chúng ta đã biết trong Chương 7, khái niệm này hình thành một bộ phận quan trọng trong tâm lý học phân tích của Jung, nhưng có ít chứng cứ hiện đại. Thực ra, hầu như không thể thu thập dữ liệu đối với điều này theo hệ thống, ngoài chứng cứ mang tính giai thoại. Vì thế đối với nhiều nhà tâm lý học hiện đại, suy luận trí nhớ di truyền thực ra không được xem là lời giải thích thích hợp tại sao một số sự việc diễn ra.

Trò chơi như sự tóm tắt

Lý thuyết trò chơi thứ ba được biết là **lý thuyết tóm tắt,** dựa trên quan điểm sinh học lâu đời, ngày nay phần lớn không được công nhận, cho rằng sự phát triển cá thể theo cách nào đó lần theo sự phát triển chủng loài – phát triển cá thể tóm tắt phát sinh chủng loài (chúng ta đã bàn qua khái niệm này khi đề cập thuyết của Piaget trong Chương 19). Theo quan điểm này, trò chơi của trẻ tượng trưng lịch sử tiến hóa chủng loài của chúng ta, vì thế mỗi trẻ làm sống lại sự phát triển chủng loài khi trẻ trải qua thời thơ ấu.

Hall (1920), là người ủng hộ chính lý thuyết trò chơi tóm tắt, cho rằng trò chơi của trẻ trải qua 5 giai đoạn khác nhau, trong đó nguồn gốc loài người có thể lần ra. Những giai doạn này liệt kê trong Bảng 20.8. Hall cũng xem trò chơi phục vụ cho vai trò **tẩy nhẹ** giúp trẻ phóng thích bản năng "nguyên thủy" vô thức, và để trẻ chuyển sang việc phát triển các hình thức hành vi cao hơn. Ông lập luận diều này và giải thích tại sao trẻ chơi trò săn bắn, như trò duổi bắt, hay tại sao trẻ thích leo cây và đu đưa trong khi người lớn thì không. Theo Hall, người lớn có những thôi thúc "nguyên thủy" này từ hệ thống của mình, và phát triển đến các hình thức trò chơi cao cấp hơn.

Lý thuyết tóm tắt có nhiều chỉ trích. Một chỉ trích cho rằng thuyết rất chọn lọc theo nghĩa "nghề nghiệp" của các chủng loài ban đầu, và phản ánh một tiếp cận có vẻ kẻ cả thấy rõ dối với xã hội phi công nghệ. Dựa vào những gì chúng ta biết được về mức dộ và chiều sâu của nền văn minh và văn hóa trong những xã hội như thế, để xem trẻ mang tính "nguyên thủy" là hoàn toàn phi thực tế. Chẳng hạn, hầu hết các xã hội phi công nghệ đều có văn hóa bằng lời phát triển cao và thể hiện nhiều sự tinh vi hơn trong cách lưu trữ hồ sơ bằng lời và nhận thức xã hội rõ ràng hơn các xã hội trên cơ sở công nghệ nhiều hơn.

Bảng 20.8 Các giai đoạn trò chơi theo thuyết tiến hóa

Một trong những lý thuyết trò chơi sớm nhất phản ánh giả định xã hội phân biệt chủng tộc của thời đại. Hall (1920) cho rằng trò chơi ở trẻ trải qua 5 giai đoạn, phản ánh sự tiến hóa của con người.

1. *Giai đoạn "động vật"*	Trẻ leo trèo, đu đưa, có nhiều hành vi phối hợp vận động.
2. *Giai đoạn "man rợ"*	Hoạt động của trẻ gồm những trò chơi chẳng hạn như săn bắn hay "rượt đuổi" hay "năm mươi".
3. *Giai đoạn "du mục"*	Nuôi thú cưng theo Hall là để phản ánh xã hội luôn rày đây mai đó với các bầy gia súc chăn thả.
4. *Giai đoạn "nông nghiệp" hay "gia trưởng"*	Trò chơi của trẻ liên quan đến những hoạt động như đào cát hay tìm búp bê, phản ánh canh tác nông nghiệp buổi đầu.
5. *Giai đoạn "bộ tộc"*	Sự nhấn mạnh tập trung vào trò chơi tập thể và hợp tác lẫn nhau.

Nguồn: Phỏng theo Hall, 1920

Chỉ trích thứ hai đối với thuyết là giả dịnh của thuyết cho rằng trẻ trải qua các giai đoạn trò chơi khác nhau trong một chuỗi dều đặn. Tuy nhiên có vẻ không có chứng cứ bất kỳ đối với chuỗi như thế trong cách chơi của trẻ. Trẻ tham gia các loại trò chơi khác nhau trong cùng độ tuổi – trẻ nuôi thú cưng cùng lúc với việc chơi trò săn bắn hay rượt duổi, hay trẻ nuôi thú cưng cùng lúc với chơi búp bê.

Chỉ trích thứ ba đối với lý thuyết trò chơi tóm tắt, giống như lý thuyết thư giãn, ở chỗ mô hình của Hall không giải thích tại sao trẻ cũng chơi với những đồ vật hiện dại, công nghệ cao chẳng hạn như đồ chơi xe dạp và ô tô, hay gần đây hơn là chơi game trên máy vi tính. Mặc dù lúc đầu nghe có vẻ thú vị nhưng lý thuyết tóm tắt trò chơi có nhiều nhược điểm như hầu hết các phiên bản lý thuyết tóm tắt khác trong thời đại và ngày nay không còn thuyết phục nữa.

Trò chơi như thực hành

Lý thuyết trò chơi cổ điển thứ tư còn gọi là **lý thuyết thực hành.** Groos đề xuất đầu tiên năm 1901, lý thuyết này được nhiều nhà nghiên cứu hiện dại ủng hộ. Theo mô hình này, thời thơ ấu diễn ra phần lớn để cho trẻ chơi. Đến lượt sự chơi đùa ấy phục vụ mục đích cho phép cơ thể non nớt – động vật hay trẻ – thực hành các loại kỹ năng cần thiết trong đời sống sau này.

Groos cho rằng trong khi chơi trẻ quan tâm đến các quá trình hành vi hơn là kết quả – quan điểm giống với quan điểm của Rubin *và người khác*, chúng ta đã khảo sát lúc đầu. Groos cho rằng điều này củng cố sự phát triển các kỹ năng khi trẻ học cách thực hiện những hành động và hoạt động cần thiết thông qua thực hành.

Groos cũng cho rằng động vật phức tạp chơi đùa nhiều hơn nữa cũng có thời gian chưa trưởng thành kéo dài hơn, và điều này có nghĩa cần nhiều thời gian để tập quen hơn. Chúng ta sẽ thấy trong Chương 22, khi chuyển lên cao hơn trong thang phát sinh chủng loài, khi xét động vật có quan hệ gần với con người, chúng ta nhận thấy thú nhỏ có khuynh hướng thời gian lệ thuộc vào bố mẹ dài hơn. Điều này cho thấy thú nhỏ không phải sinh ra với vốn tiết mục hành vi kế thừa có sẵn để giải quyết thế giới bên ngoài. Thay vào đó, thú con dành thời gian quan sát và bắt chước người chăm sóc, tập quen kỹ năng thông qua chơi đùa.

Quan điểm này được nghiên cứu của J.S. Bruner (1972) ủng hộ, ông cho rằng thực hành qua trò chơi giúp chúng ta hoàn thiện kỹ năng cần thiết trong đời sống sau này. Chúng ta đã khảo sát mô hình tập quen kỹ năng của Bruner trong Chương 18, và quan điểm của ông về sự phát triển mô tả suy nghĩ trong Chương 5. Cả hai hình thành một phần trong tiếp cận của Bruner về cách trẻ phát triển nhận thức lẫn cơ thể qua thực hành và phát triển kỹ năng cơ thể lẫn suy nghĩ.

Lý thuyết thực hành trò chơi cũng được nhà sinh học xã hội Stephen.J. Gould (1981) ủng hộ, ông cho rằng **tính trẻ con còn lưu lại** (sinh ra ở giai đoạn phát triển "sớm", phải có thời gian bổ sung để tập quen) là một cơ chế tồn tại quan trọng đối với con người. Trẻ sinh ra ở giai đoạn đầu của sự phát triển sớm hơn các động vật khác, và có thời gian lệ thuộc vào người chăm sóc nhiều hơn. Điều này có nghĩa trẻ có thể tập quen nhiều hơn về môi trường xung quanh vì thế được trang bị tốt hơn để thích nghi với một dải rộng môi trường.

Bằng cách chơi đùa, trẻ sử dụng giai đoạn lệ thuộc để tập quen một dải kỹ năng và hành vi rất rộng giúp trẻ tồn tại như người lớn. Những động vật khác chẳng hạn như khỉ con có khả năng nhiều hơn khi chúng còn nhỏ và độc lập nhanh hơn. Điều này có nghĩa khỉ con có thời gian tập quen ngắn hơn và thích ứng thành công với một dải môi trường tương đối hẹp hơn – dĩ nhiên, mặc dù khả năng của khỉ trong tập quen hành vi mới nhiều hơn khả năng của các động vật khác.

Groos cũng phân biệt giữa 2 loại trò chơi khác nhau: **trò chơi thử nghiệm** dẫn

Bảng 20.9 Trò chơi thử nghiệm và kinh tế xã hội

Trò chơi thử nghiệm	Bắt đầu như **trò chơi vận động nhận cảm,** trong đó trẻ tìm hiểu khả năng cơ bản cơ thể của mình, sau này phát triển thành **trò chơi xây dựng,** trẻ hình thành hay tập hợp nhiều loại đối tượng hay quan niệm khác nhau. Trò chơi xây dựng đến lượt hình thành nền tảng cho các **trò chơi có nguyên tắc,** mà Groos cho rằng có liên quan với khả năng suy nghĩ phức tạp hơn hay cao hơn.
Trò chơi kinh tế xã hội	Bao gồm hầu hết các loại trò chơi với người khác. Minh họa phổ biến nhất của loại trò chơi này là **trò chơi ẩu đả, mô phỏng** và các loại **trò chơi kịch tính** bao gồm trò chơi "giả vờ" trong xã hội và gia đình.

đến sự phát triển của cả sự tự chủ suy nghĩ lẫn cơ thể, và **trò chơi kinh tế xã hội** hình thành nền tảng cho sự phát triển các mối quan hệ giữa cá nhân với nhau sau này. Cả hai loại trò chơi thay đổi cùng với sự phát triển, những thay đổi này được mô tả trong Bảng 20.9. Theo Groos, mỗi loại trò chơi thử nghiệm góp phần vào sự phát triển tự nhận thức và tự chủ trong khi trò chơi kinh tế xã hội sau cùng hình thành nền tảng hiểu biết thế giới xã hội của trẻ và mối quan hệ giữa cá nhân với nhau.

Ellis (1973) chỉ trích lý thuyết trò chơi thực hành trên cơ sở cho rằng việc xem trò chơi như có được kỹ năng sau này ngụ ý rằng có một số loại hiểu biết ẩn về kỹ năng con người cần đến. Ông cũng chỉ trích mô hình quá lệ thuộc vào khái niệm bản năng, nhưng những chỉ trích này có thể được phản bác bằng lập luận loại trò chơi này đơn thuần chỉ phản ánh sự đạt được một dải khả năng – chẳng hạn, củng cố sự phối hợp cơ bắp – giúp trẻ nhận biết tiềm năng di truyền của mình hơn là sự phát triển nhắm vào việc đạt mục tiêu tiềm năng cụ thể.

LÝ THUYẾT TRÒ CHƠI HIỆN ĐẠI

Bốn lý thuyết trò chơi cổ điển hình thành cho hầu hết nghiên cứu tâm lý học về trò chơi cho đến thập niên 1970. Nhưng thời gian gần đây có nhiều tiếp cận khác đối với trò chơi rất thuyết phục trong việc định hướng nghiên cứu trong lĩnh vực.

Trò chơi như sự thể hiện mâu thuẫn cơ bản

Một trong những tiếp cận đối với việc tìm hiểu trò chơi này là xem trò chơi của trẻ như sự thể hiện mâu thuẫn và phức tạp tâm lý cơ bản, còn được biết với tên gọi tiếp cận trò chơi tâm lý động học, trên cơ sở lý thuyết của Freud và các nhà lý thuyết phân tâm học khác, nhất là Melanie Klein và Anna Freud. Như chúng ta đã thấy trong Chương 7, Freud phác họa nhiều giai đoạn tình dục tâm lý mà trẻ trải qua trong thời thơ ấu. Xung đột Oedipal, có thể phát sinh như một phần của quá trình này và cần được giải quyết. Những hình thức đe dọa khác đối với sự phát triển cái tôi cũng cần được trẻ giải quyết.

Mô hình này đặc biệt dẫn đến sự phát triển một hệ thống nhằm giúp trẻ có nhiều rối loạn, gọi là **liệu pháp trò chơi.** Theo mô hình tâm lý động học, trò chơi cung cấp phương tiện qua đó trẻ có thể phát triển xung đột và rối loạn, nhờ thế tìm hiểu những biện pháp thay thế và cách giải quyết chúng. Trong liệu pháp trò chơi, nhà trị liệu cung cấp một môi trường an toàn để điều này có thể diễn ra, và quan sát trẻ lúc chơi để có được hiểu biết tốt hơn về sự rối loạn ở trẻ.

Axline (1971) báo cáo trường hợp trẻ bị nhiều rối loạn, Dibs có thể giải quyết mâu thuẫn của mình với gia đình bằng cách bày tỏ mâu thuẫn và diễn lại mâu thuẫn ấy qua việc chơi với búp bê. Ở một thời điểm, trẻ thể hiện thái độ thù địch đối với bố bằng cách chôn búp bê nằm úp mặt trong hố cát. Hành vi của trẻ khi chơi không chỉ giúp nhà trị liệu có được hiểu biết sâu sắc các rối loạn ở trẻ mà còn giúp trẻ bày tỏ sự giận dữ và đau buồn trong lòng mà trẻ không thể bày tỏ ở nhà.

Trò chơi như tìm kiếm kích thích

Tiếp cận tìm hiểu trò chơi khác là hình thức **tìm kiếm kích thích,** trên cơ sở sự đánh thức sinh lý (Ellis, 1973). Sự đánh thức là trạng thái kích thích sinh lý (xem Chương 13) có những tác dụng đáng kể đối với hoạt động sinh lý và cơ thể. Tình huống mới lạ đưa ra để kích thích sự đánh thức ở cá thể, cũng như hoạt động ở cấp cao, và quan điểm trong lý thuyết trò chơi này là trẻ được lôi kéo hướng về tình huống tạo ra sự đánh thức cao. Do đó, trẻ có khả năng tiến hành trò chơi vận động cơ thể và tìm hiểu môi trường, hiện tượng mới, trong đó trẻ tìm kiếm các hình thức kích thích tạo ra trạng thái đánh thức sinh lý.

Có một số trở ngại trong lý thuyết này, nhất là không giải thích được những hình thức trò chơi yên tĩnh hơn. Khi trẻ chơi trò lắp hình, hay chăm sóc búp bê, hay diễn lại một tiệc trà, trẻ "chơi" nhiều hơn như lúc chạy loanh quanh và la hét. Cho rằng chỉ những hình thức trò chơi kích động hay náo nhiệt là những hình thức dường như trẻ đang có cách tiếp cận hạn chế hơn.

Trò chơi như sự giao tiếp đối chứng

Một trong những đặc điểm của trò chơi có vẻ như bị hầu hết các lý thuyết bỏ qua, là quan điểm cho rằng trò chơi "thực ra không quan trọng". Tuy nhiên, hầu hết chúng ta xem điều này như một yếu tố cơ bản của trò chơi, nếu không nói là đặc điểm quan trọng nhất. Năm 1955, Bateson cho rằng trò chơi nên được xem như **sự giao tiếp đối chứng** – một loại giao tiếp cấp cao, ấn định khuôn khổ tìm hiểu những gì được giao tiếp sau đó. Ông cho rằng trò chơi là phải tạo ra một bối cảnh hay **khuôn khổ**, chúng ta dùng để giải thích nhiều loại giao tiếp khác nhau.

Trẻ nhận thức khi đang chơi rằng những gì mình đang làm "thực ra không quan trọng", và trẻ kết hợp hiểu biết ấy vào trong hành động. Cohen năm 1987, mô tả "gương mặt lúc chơi" được sử dụng trong trò chơi gia đình để báo hiệu một điều gì đó thường được nghĩ là quan trọng nhưng thực ra được xem như một trò đùa. Những dấu hiệu ấy hình thành một loại giao tiếp đối chứng: "điều tôi muốn nói thực ra không phải như điều tôi đang nói". Chính điều này xác định hành động như trò chơi, và không quan trọng.

Theo Bateson, trò chơi và trò chơi giả vờ, tạo ra nền tảng "thực tế", tạo ra hình ảnh văn hóa và cá nhân được sử dụng trong sinh hoạt thường nhật. Nhưng trẻ cũng làm như thế trong khuôn khổ được xác định mang tính tìm hiểu, thực sự không quan trọng, vì thế "an toàn". Nhấn mạnh của Bateson xem mô tả bên trong và ngôn ngữ như những dấu hiệu giúp chúng ta giải thích chứ không phải phát triển khả năng tưởng tượng và trò chơi tưởng tượng nhưng cũng có thể là sự phát triển khôi hài và các loại trò chơi khác bằng lời nói.

Theo Bateson, sự góp phần mà trò chơi tạo ra để phát triển tâm lý ở trẻ là thông qua trò chơi, trẻ học hỏi nhiều cách khác nhau để định khung và tái định khung vai trò xã hội. Không phải nhiều đến mức trẻ hiểu được nội dung trò chơi mà là thông qua trò chơi trẻ học cách tập quen. Nói cách khác, trò chơi là hình thức giao tiếp đối chứng, được trẻ phát triển và sử dụng trong suốt thời thơ ấu và đôi khi tiếp tục cho đến tuổi trưởng thành.

Trò chơi như định khung xã hội

Một lý thuyết trò chơi liên quan được Vygotsky (1967) đề xuất.Vygotsky xem trò chơi phát sinh từ những áp lực xã hội – nhu cầu xã hội và nhu cầu cảm xúc ở trẻ. Trong mô hình này, quá trình chơi giúp trẻ tự mình thoát khỏi những kiềm chế của tình huống trực tiếp bằng cách tạo ra một tình huống suy nghĩ. Trong lý thuyết này, trò chơi được xác định như sự hình thành tình huống tưởng tượng ở trẻ. Theo Vygotsky ngay cả trong trò chơi vận động cơ thể, mô tả suy nghĩ cũng được phát triển: trẻ chạy loanh quanh trong trò chơi "rượt đuổi" trong suy nghĩ cứ phóng đại hiệu quả của việc mình bị bắt.

Vygotsky xem trò chơi như sự phát triển khuôn khổ cơ bản đối với hiểu biết xã hội của trẻ. Theo Vygotsky, hoạt động của trẻ trong khi chơi liên quan đến các vấn đề thực tế, bao gồm hành động trực tiếp đối với môi trường. Vì thế, những loại trò chơi đầu tiên mà trẻ tham gia thường vận động cơ thể, liên quan đến sự phối hợp vận động hay nhận cảm. Trẻ tác động trực tiếp đối với môi trường theo cách nào đó, bằng cách chạy, chạm vào đồ vật, lắc lục lạc hay gõ trống, v.v...

Dần dần, loại trò chơi được thay bằng những gì mà Vygotsky gọi là **công nghệ suy nghĩ** – đồ vật trẻ sử dụng làm công cụ sao cho có thể tác động đến môi trường hiệu quả hơn. Chẳng hạn, trẻ vớ lấy chiếc muỗng, dù muỗng gõ vào trống. Vì bằng cách này trẻ tạo ra tiếng động lớn hơn khi đánh trống bằng tay không. Bằng cách sử dụng công cụ để tác động đến môi trường, trẻ phát triển **mô tả** suy nghĩ, bên trong về cách sử dụng đồ vật.

Cấu trúc suy nghĩ bên trong cũng được xây dựng và phát triển từ việc trẻ sử dụng **dấu hiệu.** Theo Vygotsky, dấu hiệu là những gì tượng trưng cho khái niệm và tư tưởng. Chẳng hạn, trẻ sử dụng một cái ly để làm dấu hiệu biểu thị rằng búp bê của mình đang khát, lúc này cần phải uống nước. Bằng cách phối hợp sử dụng dấu hiệu và hiểu biết thực tế về công cụ và công dụng, mô tả bên trong của trẻ ngày càng phức tạp hơn. Lời nói là một nguồn dấu hiệu thuyết phục, đồ vật dùng làm công cụ có thể được sắp xếp hay tái cấu trúc bằng cách sử dụng lời nói. Vì thế, lời nói trong lý thuyết của Vygotsky trở thành một công cụ tác động mạnh khác để kiểm soát và sắp xếp việc sử dụng đồ vật là công cụ.

Vygotsky cho rằng một đặc điểm quan trọng trong phát triển ngôn ngữ là cách trẻ sử dụng ngôn ngữ để thực hiện tái cấu trúc nhận thức bên trong (chúng ta đã khảo sát khái niệm này trong Chương 4). Bằng cách chơi đùa, trẻ học cách cấu trúc hiểu biết thế giới của mình, trong quá trình này ngôn ngữ là công cụ vô cùng quan trọng. Khi trẻ chơi, trẻ thường độc thoại – bình luận – về chuyện mình đang làm. Theo Vygotsky, độc thoại này sau cùng trở thành **lời nói nội tâm** giúp trẻ giám sát những việc mình đang làm, và hình thành cơ sở suy nghĩ bằng lời.

Sự phối hợp những loại trò chơi khác nhau này giúp trẻ hình thành một khuôn khổ suy nghĩ để tìm hiểu thế giới. Các loại trò chơi vận động cơ thể giúp tìm hiểu khả năng và hạn chế của cơ thể, và sự phát triển kỹ năng vận động. Mô tả bên trong hình thành trong 2 giai đoạn đầu cũng hình thành cơ sở cho trí tưởng tượng sau này, và điều này theo Vygotsky là lý do giải thích tại sao có nhiều loại trò chơi "suy nghĩ" nhiều hơn, như trò chơi giả vờ, thường phát triển sau các giai đoạn vận động nhận cảm và sử dụng công cụ.

Trò chơi như mô tả đối chứng

Tiếp cận khác trong việc tìm hiểu trò chơi tập trung vào vai trò của trò chơi giả vờ, trong việc giúp trẻ phát triển **nhận thức đối chứng –** hiểu biết về các quá trình nhận thức của riêng trẻ. Leslie (1987) mô tả trò chơi giả vờ có 3 hình thức cơ bản, liệt kê trong Bảng 20.10. Ba loại giả vờ này có vẻ xuất hiện cùng lúc khi trẻ trưởng thành, vào khoảng 18 đến 24 tháng tuổi.

Leslie cho rằng 3 hình thức giả vờ này thực ra là mô tả đối chứng về thế giới.

Bảng 20.10 Các hình thức trò chơi giả vờ

Thay thế đồ vật	Giả vờ liên quan đến các loại hay nhận dạng đồ vật. Trẻ sử dụng đồ vật này để mô tả đồ vật khác, như xem quả chuối là điện thoại.
Quy kết	Loại giả vờ này giả vờ cho rằng có một số thuộc tính hay quy kết như trẻ mô tả mặt của búp bê bị dơ hay giả vờ hôm nay trời đẹp, do đó búp bê được ra ngoài chơi.
Đồ vật tưởng tượng	Trong loại trò chơi này, trẻ giả vờ rằng có một đồ vật đang tồn tại trong khi thực tế thì không, giống như giả vờ ấm trà đồ chơi đang châm trà tưởng tượng.

Nguồn: Phỏng theo Leslie, 1987

Chúng hoàn toàn không liên quan đến sự mô tả suy nghĩ của riêng trẻ về thế giới mà chỉ liên quan đến sự hiểu biết những mô tả ấy của trẻ. Chẳng hạn, có một khác biệt quan trọng giữa trò chơi giả vờ và trò chơi chỉ nói về sự vật đúng hay sai. Chẳng hạn, trường hợp trẻ và mẹ cùng chơi với nhau trong một tiệc trà tưởng tượng. Mẹ bảo con, "tách trà này đã hết, chúng ta nên châm thêm trà". Khi phát biểu câu này, thực tế tách trà đã cạn, vì thế đúng. Nhưng điều này không có nghĩa là lời phát biểu đúng, dễ hiểu vì cả hai mẹ con đang tìm lời nhận xét trong một bối cảnh chung bao gồm ý kiến cho rằng phải châm thêm trà tưởng tượng vào tách.

Vì thế, giả vờ không hẳn liệu câu phát biểu đúng hay sai. Đây chỉ là cách cả mẹ lẫn con đều có chung mô tả đối chứng – hiểu biết chung – về tình huống. Leslie cho rằng khả năng giả vờ xuất hiện khi khả năng này tạo ra sự mô tả đối chứng đang phát triển ở trẻ. Theo nghĩa này, trò chơi giả vờ không phải đơn thuần có được cách hiểu biết thế giới tốt hơn hay mức độ hiểu biết sự kiện cao cấp hơn. Thay vào đó, Leslie xem trò chơi giả vờ như một trong những biểu hiện đầu tiên về khả năng tìm hiểu nhận thức ở trẻ – tìm hiểu suy nghĩ của chính mình và của người khác – trong ý nghĩa này trò chơi giả vờ có thể được xem là sự phát triển mô tả đối chứng.

Sự nhấn mạnh trong thời gian gần đây về nhu cầu tìm hiểu trò chơi trong bối cảnh gia đình và xã hội của trẻ phản ánh xu thế nghiên cứu sự phát triển của trẻ ngày càng chú ý nhiều đến bối cảnh xã hội hơn. Chúng ta đã chứng kiến xu thế này được thể hiện trong các nghiên cứu phát triển nhận thức, gắn bó và tước đoạt, và ngày càng thấy rõ những nghiên cứu như thế cho thấy nhiều hạn chế của các tiếp cận trước đây. Nhiều tiếp cận truyền thống về sự phát triển ở trẻ nghiên cứu trẻ như thể phần lớn không xét đến bối cảnh, do đó thường tạo ra bức tranh khả năng của trẻ hóa ra bị hạn chế so với khả năng thực tế của trẻ rất nhiều.

PHÁI VÀ GIỚI TÍNH

Một trong những khía cạnh quan trọng nhất, cũng gây tranh cãi nhiều nhất trong sự phát triển của trẻ là vấn đề phái và giới tính, trẻ – hay một số trẻ – đi đến hành động phù hợp với vai trò giới tính do văn hóa và xã hội của mình hình thành, bằng cách khi đề cập vấn đề này, chúng ta cần phân biệt rõ ràng giữa phái và giới tính. Phái ám chỉ đặc điểm sinh học của cá thể: một người về mặt sinh học là phái nam hay phái nữ. Nhưng giới tính ám chỉ khía cạnh xã hội của sự phân biệt này: đối với hành vi và hạnh kiểm mà cá nhân phải có khi tương tác với người khác.

Nhiều ý kiến được đề xuất để giải thích nhận dạng giới tính. Nói chung lý thuyết về sự khác biệt giới tính có thể chia thành 4 loại: tiếp cận sinh học, tiếp cận sinh học xã hội, tiếp cận tập quen xã hội và tiếp cận phân tâm học. Loại lý thuyết thứ năm xét đến những điểm giống nhau giữa nam và nữ, hơn là thuần túy tập trung vào những khác nhau giữa hai phái, nghiên cứu này thường gọi chung là nghiên cứu **lưỡng tính.** Chúng ta lần lượt khảo sát từng tiếp cận này.

TIẾP CẬN SINH HỌC

Lý thuyết sinh học về nhận dạng giới tính cố tìm hiểu sự khác nhau giữa phái nam và nữ theo nghĩa sự khác nhau cơ thể trong não và trên cơ thể. Đây là những tiếp cận **giản hóa luận,** cho rằng nhân cách con người hoàn toàn là kết quả của những đặc điểm sinh lý, trái với quan điểm **tương tác**, cho rằng xu hướng sinh học và các yếu tố xã hội, văn hóa tương tác quyết định nhận dạng giới tính.

Các loại đặc điểm cơ thể được các lý thuyết gia sinh học quy thành 3 loại. Thứ nhất, **phái theo nhiễm sắc thể** – mỗi người có một cặp nhiễm sắc thể đặc biệt được biết có liên quan đến hoạt động giới tính. Phái nữ có hai nhiễm sắc thể X trong khi phái nam có một nhiễm sắc thể X và một nhiễm sắc thể Y. Những nhiễm sắc thể này đặt theo tên hình dạng của nhiễm sắc thể khi quan sát bằng kính hiển vi trước khi phân chia. Nhiễm sắc thể Y ngắn hơn nhiễm sắc thể X – cũng gần giống với hình dạng chữ Y, nhưng có phần thân giữa rất ngắn. Phần thân giữa ngắn này có nghĩa là có nhiều gien nằm trên nhiễm sắc thể X không có đối tác của nó nằm trên nhiễm sắc thể Y, điều này đôi lúc dẫn đến sự rối loạn liên kết phái, như chứng huyết hữu và mù màu, thường gặp ở nam nhiều hơn nữ.

Đặc điểm cơ thể thứ hai biểu thị nữ tính hay nam tính là **các tuyến sinh dục** – buồng trứng ở phái nữ và tinh hoàn ở phái nam – vốn là những cơ quan sinh sản. Đặc điểm cơ thể thứ ba bao gồm sự khác nhau về **nội tiết tố** mà hai phái tạo ra. Phái nam tạo ra nội tiết tố khác với phái nữ, và những nội tiết tố khác nhau này dẫn đến kết quả đặc điểm tình dục khác nhau. Nội tiết tố nam gọi là androgen, quan trọng nhất trong số này là testosterone, vì nó được tinh hoàn phóng thích. Hai loại nội tiết tố quan trọng nhất ở phái nữ là oestrogen và progesterone, cả hai do buồng trứng tạo ra. Cả phái nam lẫn nữ đều sản xuất tất cả các nội tiết tố, nhưng phái nam tạo ra nhiều nội tiết tố nam hơn phái nữ, và phái nữ tạo ra nhiều tiết tố nữ hơn phái nam.

Đây là 3 đặc điểm chính để xác định giới tính cụ thể, và các nhà lý thuyết sinh học nói chung cho rằng sự tiến bộ sau cùng của cá thể – phát triển thành phái nam hay nữ – tùy vào những đặc điểm sinh học này. Có vẻ hiển nhiên, nhưng chúng ta cần xác định rõ ràng những đặc điểm gì, vì không phải mọi người đều có chung đặc điểm ở cùng mức độ. Chẳng hạn, mặc dù có những khác biệt về diện mạo bên ngoài giữa hầu hết phái nam và hầu hết phái nữ, nhưng những phân biệt này có thể lẫn lộn với nhau: một số phụ nữ có nam tính, và một số đàn ông có nữ tính.

Ảnh hưởng của nội tiết tố

Một trường hợp thỉnh thoảng xảy ra trong đó đặc điểm sinh học đặc biệt quan trọng, gọi là **hội chứng nữ tính hóa tinh hoàn.** Trong trường hợp này, một phụ nữ hoàn toàn có vẻ nữ tính nếu xét theo diện mạo bên ngoài, nhưng khi khám sức khỏe chi tiết (thường diễn ra khi bác sĩ tìm hiểu lý do vô sinh) thì phụ nữ này là phái nam di truyền và có tinh hoàn. Hội chứng này là sự rối loạn di truyền do một gien lặn. Những người có gien này thường phát triển thành phái nữ, cho đến khi họ trưởng thành mới chẩn đoán được. Có những trường hợp khác chẳng hạn như **hiện tượng lưỡng tính,** có những đặc điểm trên cơ thể của cả phái nam lẫn nữ, một số trường hợp cá thể có một loại cấu trúc nhiễm sắc thể, nhưng được nuôi dưỡng theo giới tính khác, cũng tỏ ra rất thành công.

Mặc dù chứng cứ từ nhiều nghiên cứu ở động vật cho thấy hành vi vai trò giới tính có thể do nội tiết tố tạo ra – chẳng hạn hành vi làm mẹ có thể được tạo ra ở chuột đực bằng cách tiêm một lượng nội tiết tố prolactin thích hợp – có ít chứng cứ cho thấy hành vi ở người bị các sự kiện sinh hóa này tác động dễ dàng. Như chúng ta sẽ thấy trong Chương 22 và 23, nhiều hành vi có vẻ cố định và di truyền ở động vật tỏ ra linh động hơn nhiều khi xuất hiện ở con người. Vì thế, khi nghiên cứu hành vi giới tính người hoàn toàn do kết quả giới tính sinh học, chắc chắn không cung cấp lời giải thích đầy đủ cho chúng ta.

Có lẽ vấn đề trong việc thừa nhận tiếp cận giản hóa luận thuần túy trong các vấn đề nhận dạng giới tính (tiếp cận giản hóa luận là giải thích nỗ lực giảm hiện tượng ở người xuống thành một nguyên nhân duy nhất, chẳng hạn như di truyền) là xem nhẹ các yếu tố xã hội rộng hơn trong xã hội. Không phải mọi nền văn hóa hay tiểu văn hóa mong đợi cùng sự khác nhau trong hành vi từ các giới tính khác nhau, và cá thể trong một nền văn hóa nhất định rất khác nhau trong việc thể hiện hành vi như thế.

Trong cuốn sách này, chúng ta nhận thấy hành vi ở người chịu ảnh hưởng bởi bối cảnh và có khả năng tập quen, vì thế thật lạ khi nhận thấy lĩnh vực hành vi ở người này được xác định cứng nhắc bằng những đặc điểm sinh học – làm cho nó khác hẳn với phần còn lại của tâm lý học con người. Một tiếp cận hợp lý hơn tiếp cận sinh học cứng nhắc có vẻ được mô tả trong các lý thuyết sinh học xã hội, tính đến các yếu tố sinh học nhưng cũng chọn quan điểm rộng hơn khi xét con người trong bối cảnh xã hội của mình.

TIẾP CẬN SINH HỌC XÃ HỘI

Tiếp cận sinh học xã hội đối với vai trò giới tính cho rằng đặc điểm sinh học phần lớn quan trọng vì phát triển những mong đợi về phần bố mẹ, quyết định cách đối xử với con cái sau đó. Vì thế cách gọi tên trẻ trực tiếp ảnh hưởng đến sự nuôi dạy trẻ sau này. Money và Ehrhardt (1972) cho rằng nhận dạng giới tính tiếp theo sau loại quá trình **gọi tên** này. Họ cho rằng trong một vài năm đầu đời, có sự linh động đáng kể trong cách trẻ tự phân loại mình. Trẻ từ 2 đến 3 tuổi có thể chấp nhận những nhận dạng giới tính khác nhau hoàn toàn dễ dàng, và thường trong lúc chơi, trừ khi trẻ nhạy cảm với hành vi vai trò cứng nhắc ngay từ rất sớm. Tuy nhiên, điều này cố định hơn khi trẻ càng lớn tuổi và đi đến việc đồng nhất với nhóm giới tính của mình nhiều hơn.

Tiếp cận của Money và Ehrhardt chủ yếu dựa trên cơ sở nghiên cứu những người lưỡng tính, ngụy lưỡng tính và những người có hội chứng nữ tính hóa tinh hoàn. Họ chứng minh rằng đặc điểm cơ thể giới tính có vẻ tương đối không nghiêm trọng theo nghĩa đặc điểm vai trò giới tính sau cùng mà cá thể sau cùng chấp nhận. Trong số 10 cá thể có hội chứng nữ tính hóa tinh hoàn, họ thấy 8 người ưa thích vai trò phái nữ hơn, tất cả kể lại nằm mơ thấy mình nuôi con. Mặc dù thực tế, ít nhất về mặt di truyền những người này là nam. Money và Ehrhardt cho rằng tâm thần con người hay hệ thần kinh trung ương dễ bị ảnh hưởng của sự tập quen đến mức nó có thể thay đổi hoàn toàn những đóng góp sinh học đối với việc nhận dạng giới tính tâm thần.

Sự biến đổi giới tính

Tiếp cận của Money và Ehrhardt phù hợp với cảm giác của nhiều người cải giống. Nhiều cá thể nhận thấy mình bất hạnh với giới tính cơ thể hiện có, nếu sự bất hạnh này tồn tại dai dẳng qua nhiều năm, họ phải chọn một quá trình kiên trì, lâu dài để sau cùng đổi được giới tính. Thông thường biến đổi giới tính để "trở thành" thành viên của một giới tính khác trong thời gian ít nhất 2 năm, diễn vai trò và hành xử giống như thành viên của giới tính khác cho đến khi họ đáp ứng yêu cầu của những người chịu trách nhiệm – bác sĩ, bác sĩ tâm thần và tư vấn – rằng họ nghiêm túc trong ý định thay đổi giới tính, và cũng đủ linh động theo nghĩa nhận dạng giới tính của họ có khả năng hòa hợp với vai trò tương lai.

Một khi người cải giống kiểm soát được việc thành lập một cách sống trên cơ sở thực hiện một vai trò giới tính khác, để những người đang giám sát trường hợp của mình thỏa mãn, họ phải trải qua một quá trình điều trị nội tiết tố. Nếu là phái nữ, họ được bổ sung nội tiết tố nam; nếu họ là nam, sẽ được bổ sung đều đặn nội tiết tố nữ. Những nội tiết tố này kích thích sự phát triển đặc điểm giới tính thứ cấp chẳng hạn như ngực và lông mặt. Sau một thời gian điều trị nội tiết tố kéo dài, cá nhân phải trải qua phẫu thuật phức tạp, trong đó đặc điểm giới tính thích hợp được hình thành bằng những bác sĩ phẫu thuật có kỹ năng.

Như chúng ta có thể thấy, thay đổi giới tính là một quá trình khó nhọc, một quá trình thường bị bạn bè, gia đình hay người tuyển dụng phản đối, từ bỏ, mặc dù may thay, thành kiến như thế có vẻ ít cực đoan hơn. Cũng dễ thấy chỉ những người có cảm nghĩ thật quả quyết rằng mình sinh ra nhầm phái mới được chuẩn bị để tiến hành cách xử lý này. Hầu hết những người biến đổi giới tính báo cáo rằng họ có cảm nghĩ mình sinh ra trong loại cơ thể khác ngay từ nhỏ, và phẫu thuật kể cả điều trị dẫn đến sự biến đổi giới tính đã tạo cơ hội cho họ thể hiện những gì họ luôn xem là cái tôi thực sự của mình.

Hành vi giới tính chéo

Một trong những vấn đề trong nghiên cứu hành vi vai trò giới tính là các nhà nghiên cứu thường xét đến "tiêu chuẩn" hơn là số lượng biến thể mà cá nhân thể hiện. Trong cùng một xã hội, thậm chí trong cùng gia đình, con người khác nhau ở sự tuân thủ vai trò giới tính truyền thống nhiều đến mức nào. Thậm chí, đôi khi nói chung họ không tuân thủ. Có nhiều giải thích lịch sử về **hành vi giới tính chéo:** trường hợp một người ăn mặc và hành động như thành viên thuộc giới tính khác, vẫn giữ ảo tưởng ấy trong nhiều năm.

Hành vi giới tính chéo thường gặp trong nhiều xã hội loài người. Chẳng hạn, một truyền thống cổ xưa của người Mỹ bản xứ là phụ nữ thường đảm nhiệm trách nhiệm, nghĩa vụ các phái nam, tham gia các đoàn đi săn và những hoạt động khác thuộc truyền thống của nam giới, trong khi phái nam chọn vai trò của phái nữ, chăm sóc, trông con. Những trường hợp này không phải là đặc biệt, được bộ tộc công nhận là hình thức giá trị trong xã hội. Sự đan chéo mang đặc điểm thời gian dài chuẩn bị, sau đó là nghi lễ khởi đầu, trong đó cá nhân được chấp nhận biến đổi giới tính. Ở Thái Lan hiện đại, nhiều cậu bé đôi khi muốn trở thành nữ vũ công, chấp nhận cách sống và diện mạo để họ hoàn toàn mang nữ tính, hầu như không thể phân biệt với các phụ nữ khác.

Những trường hợp này ủng hộ quan điểm cho rằng nhận dạng giới tính linh động hơn các lý thuyết gia sinh học truyền thống thường nghĩ. Một số nhà nghiên cứu cũng cho rằng xu hướng sinh học đóng một vai trò tương đối không quan trọng, và những gì thực sự quan trọng là tập quen xã hội mà cá nhân trải qua trong suốt đời sống.

TIẾP CẬN TẬP QUEN XÃ HỘI

Một tập hợp tiếp cận nhận dạng giới tính thứ ba là **thuyết tập quen xã hội,** trên cơ sở cho rằng con người tập quen hành vi giới tính thích hợp từ xã hội và từ mong đợi của những người xung quanh. Vì bé gái được đối xử khác với bé trai, nên các bé có được sự đồng nhất và vai trò mẫu khác nhau, do quá trình tập quen xã hội mà các bé trải qua. Tập quen quan sát và mô phỏng cho thấy một số hành vi được xem là thích hợp với con gái trong xã hội của chúng ta trong khi các hình thức hành vi khác được xem là thích hợp với con trai. Quá trình củng cố xã hội, qua đó hành vi thích hợp được củng cố, khuyến khích và hành vi không thích hợp bị bài bác tế nhị hay thẳng thừng, dùng để củng cố hành vi.

Smith và Lloyd (1978) cho thấy mẹ đối xử với con gái khác với cách đối xử với con trai. Trong nghiên cứu này, mẹ được tạo cơ hội chơi với bé mà mình không quen biết. Bé được mặc áo màu hồng hay xanh trời như thể đó là bé gái hay bé trai. Quan sát băng ghi hình cách tương tác với bé của các bà mẹ, Smith và Lloyd nhận thấy các bà mẹ thường kích thích bé "trai" nhiều hơn bé "gái". Nếu bé "gái" có vẻ nằm im thì sẽ được vuốt ve, dỗ dành, bảo rằng nên nằm im. Nếu bé "trai" có vẻ nằm im thì các bà mẹ khuyến khích bé cử động, lúc lắc. Các bà mẹ cũng cho bé "trai" nhiều loại đồ chơi gây hấn hơn – chẳng hạn búa cao su đồ chơi – trong khi bé "gái" được cho đồ chơi mềm để vuốt ve, âu yếm.

Những khác biệt đáng kể này trong cách đối xử với bé "trai" và "gái" cho thấy bố mẹ hình thành những mẫu hành vi khác nhau ở trẻ ngay từ lúc mới sinh. Dựa vào khả năng của trẻ phản ứng với những người xung quanh, và để tập quen những hình thức hành vi mới, chúng ta thấy rằng người mẹ đối xử với bé trai theo cách khác với bé gái chắc chắn khuyến khích bé có mức độ hoạt động cao hơn. Mức độ này đến lượt khiến cho bé trai nghĩ rằng "tự nhiên" mình phải hoạt động.

Dầu năm 1957, Sears, Maccoby và Levin nhận thấy các bà mẹ cho phép bé trai thể hiện sự gây hấn nhiều hơn mức họ cho phép bé gái gây hấn. Bé trai được khuyến khích gây hấn và đánh lộn, nhưng nếu bé gái làm như thế sẽ bị phạt nặng. Có nhiều nghiên cứu cho thấy bé trai thường tích cực, gây hấn và khó bảo hơn bé gái trong khi bé gái thường thích im lặng nghe theo nhiều hơn. Tiếp cận thuyết tập quen xã hội đối với việc định hình giới tính cũng cho rằng điều này đúng như thế.

TIẾP CẬN PHÂN TÂM HỌC

Freud (1901) cho rằng sự phát triển vai trò giới tính truyền thống đối với trẻ rất quan trọng. Để có được sự phát triển này, theo Freud trẻ cần được trưởng thành trong một gia đình có vai trò mẫu giới tính truyền thống: bố độc đoán, kiên quyết, và mẹ nuôi dưỡng, đầm ấm, thương yêu. Cách trong đó trẻ tiếp nhận sự đồng nhất vai trò giới tính theo Freud là thông qua xung đột Oedipal. Freud cho rằng bé trai có cảm giác thương yêu mẹ mình nồng nhiệt, đằm thắm, tuy nhiên lại xem bố là kình địch tranh giành tình cảm này, lúc đó bé trai muốn bố mình chết để sao cho mẹ thuộc trọn về mình.

Theo Freud, trẻ nhận thấy xung đột bên trong do những mong muốn không thể dung hòa này tạo ra. Điều này một phần là do trẻ đang sống với bố, mà trẻ nhận thấy là người rất mạnh, nhưng đồng thời cũng là mối đe dọa và kình địch trực tiếp. Vì thế trẻ cần làm giảm sự đe dọa tâm lý này, vì thế sử dụng cơ chế phòng thủ bản ngã gọi là **đồng nhất tác nhân gây hấn.** Trong cơ chế này, trẻ đồng nhất với hình ảnh người bố quyền uy, nhấn mạnh giữa mình với bố giống nhau nhiều đến mức nào, và cố trở thành giống bố càng nhiều càng tốt. Bằng cách này, bé trai và bố hợp thành một nhóm, vì thế có cảm giác ít bị tổn thương hơn.

Freud xem cơ chế này mang tính quyết định đối với việc phát triển tình dục lành mạnh ở trẻ. Các lý thuyết gia ủng hộ Freud sau này và có thể chính bản thân Freud cho rằng nếu quá trình này không xảy ra, khi lớn lên trẻ sẽ trở thành người đồng tính luyến ái. Chẳng hạn, nếu trẻ được nuôi lớn bằng hình ảnh người mẹ rất uy quyền, người cha thật bạc nhược hay nếu vắng mặt người cha thì sự đồng nhất tác nhân gây hấn không diễn ra, trẻ có nguy cơ tình dục đồng giới. Tuy nhiên, mặc dù quan điểm này được nhiều người biết đến nhưng dường như chứng cứ ủng hộ không nhiều. Malinowski năm 1927 nghiên cứu cư dân đảo Trobriand, trẻ sinh ra được cậu nuôi chứ không phải bố. Malinowski nhận thấy trẻ không gặp vấn đề trong sự đồng nhất giới tính cho dù đối với trẻ không thể giải quyết xung đột Oedipal thành công.

Nghiên cứu khác của Golombok, Spencer và Rutter (1983) đánh giá trẻ được nuôi dưỡng trong các gia đình chỉ có một mẹ đồng tính luyến ái hay một bố. Họ so sánh 37 trẻ ở độ tuổi 5 đến 17 được nuôi dạy trong các gia đình có các cặp đồng dục nữ với 38 trẻ cùng độ tuổi nhưng được nuôi dạy trong các gia đình chỉ có một bố hay một mẹ tình dục khác giới. Họ nhận thấy không có sự khác nhau giữa 2 nhóm theo nghĩa đồng nhất giới tính, hành vi vai trò giới tính, định hướng tình dục hay loại đặc điểm liên quan đến giới tính bất kỳ khác. Các nhà nghiên cứu kết luận rằng không có nguy hiểm đối với trẻ nhầm lẫn vai trò giới tính theo như lý thuyết phân tâm học ngụ ý.

LƯỠNG TÍNH

Xã hội có những suy nghĩ thật rập khuôn về cả hành vi phái nam lẫn nữ, như chúng ta đã biết, những suy nghĩ rập khuôn này trực tiếp ảnh hưởng đến cách nuôi dạy trẻ. Nhưng năm 1975, Bem cho rằng hành vi theo kiểu giới tính không lành mạnh về tâm lý đối với cá thể. Thay vào đó, hành vi pha trộn đặc điểm tâm lý của hai phái – **hành vi lưỡng tính** – có lợi cho tâm lý nhiều hơn vì giúp cho cá nhân khỏi phải vướng bận trong tình huống của mình phải có hành vi nào mới phù hợp.

Bem yêu cầu 444 người tham gia nghiên cứu nam và 279 nữ điền vào bảng vai trò giới tính gồm cả thang điểm nam tính lẫn nữ tính. Từ đó, họ được phân loại thành 6 nhóm cơ bản: 3 nhóm nam, gồm những người nam "nam tính", người nam "nữ tính" và người nam "lưỡng tính", và 3 nhóm nữ gồm những người nữ "nam tính", người nữ "nữ tính" và người nữ "lưỡng tính". Những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu tham gia vào nghiên cứu mà họ cho rằng đây là thí nghiệm về sự khôi hài, mỗi người phải làm việc trong các buồng riêng.

Họ được cho xem 92 tranh hoạt hình khác nhau, trước đây được những người đánh giá độc lập đánh giá mỗi tranh gây cười đến mức nào, và họ lắng nghe những gì họ nghĩ rằng đó là câu trả lời của người khác qua ống nghe. Thực ra, đây là trắc nghiệm tính tuân thủ tiêu chuẩn: những câu trả lời ấy do người thí nghiệm tạo ra và mục đích là để đánh giá tính độc lập của người tham gia nghiên cứu, mà theo suy nghĩ rập khuôn được cho là mang đặc điểm "nam tính". Bem nhận thấy những người tham gia nghiên cứu "nam tính" và "lưỡng tính" tuân theo các thử nghiệm ít hơn những người tham gia "nữ tính".

Công việc thứ hai đánh giá tính khôi hài, được nghĩ theo suy nghĩ rập khuôn là đặc điểm "nữ tính". Những người tham gia nghiên cứu được yêu cầu tham gia một thí nghiệm về tâm trạng gồm 4 hoạt động khác nhau. Thứ nhất, là công việc xây dựng khối kéo dài 8 phút. Mục đích công việc này là cân bằng tâm trạng của những người tham gia. Sau đó họ được yêu cầu chơi với một con mèo nhỏ, thân thiện trong 5 phút, kế tiếp thực hiện trò chơi kỹ năng nhiều thử thách. Đối với công việc thứ tư, người tham gia nghiên cứu được cho biết họ có thể làm bất cứ điều gì mình thích - căn phòng đầy ắp những điều thú vị chẳng hạn như ô ghép hình và trò chơi, và lúc đó mèo con được trả lại phòng. Tính khôi hài trong hành vi của người tham gia nghiên cứu được những nhà quan sát giấu mặt đánh giá. Kết quả nghiên cứu trong Bảng 20.11.

Thật thú vị khi những người nữ nhiều nữ tính thể hiện sự đánh giá thấp trong cả tính độc lập lẫn các trắc nghiệm khôi hài. Điểm khôi hài thấp đối với những người nữ "nữ tính" luôn nhất quán với chứng cứ rằng nữ tính thường tương quan với sự lo âu cao và điều chỉnh xã hội kém, theo Bem, không có đặc điểm nào trong cả hai có lợi cho tâm lý. Trái lại, những người tham gia nghiên cứu lưỡng tính, không tuân theo những khái niệm suy nghĩ rập khuôn về nữ tính hay nam tính, đánh giá cao trong cả hai công việc,

Bảng 20.11 Hành vi rập khuôn theo giới tính và lưỡng tính

Thí nghiệm 1	*Đánh giá tính độc lập trong tình huống dẫn đến tuân thủ*		
	Nam tính	***Nữ tính***	***Lưỡng tính***
Nam	Cao	Thấp	Cao
Nữ	Cao	Thấp	Cao
Thí nghiệm 2	*Đánh giá sự khôi hài*		
	Nam tính	**Nữ tính**	**Lưỡng tính**
Nam	Thấp	Cao	Cao
Nữ	Trung bình	Thấp	Cao

Nguồn: Phỏng theo Bem, 1975

bất kể họ là nam hay nữ. Bem cho rằng lưỡng tính là một trạng thái có lợi cho tâm lý.

Vấn đề trong nghiên cứu sự khác nhau giới tính

Một trong những vấn đề trong nhiều nghiên cứu sự khác nhau giới tính là thường đưa ra giả định về hành vi suy nghĩ rập khuôn giới tính mà không tính đến những vấn đề sự giống nhau hay lưỡng tính. Vấn đề là nghiên cứu nhằm mục đích phát hiện sự khác nhau giữa các nhóm người luôn ngăn cản các nhà nghiên cứu nhận dạng sự giống nhau, và có một số giả định rằng điều này dẫn đến sự khác nhau về tâm lý học giữa nam và nữ đã bị phóng đại.

Năm 1978, Hall tiến hành **phân tích đối chứng** 75 nghiên cứu khảo sát sự khác nhau giới tính trong khả năng con người giải mã hành vi không bằng lời chẳng hạn như thể hiện trên nét mặt, âm sắc giọng nói, điệu bộ, cử chỉ. Hall nhận thấy nghiên cứu nói chung cho thấy phụ nữ có vẻ giải mã gợi ý không bằng lời tốt hơn nam giới. Nhưng một phân tích đối chứng tương tự của Eisenberg và Lennon (1983) cho rằng, mặc dù có những sự khác nhau như thế nhưng không cực đoan như Hall đã nêu – sự khác nhau giữa giới tính trong điều kiện tốt nhất đều chừng mực và thực ra thể hiện nhiều sự chồng chéo.

Sự thấu cảm

Cũng có một số đề nghị rằng sự khác nhau giới tính trong đặc điểm **thấu cảm** "nữ tính" truyền thống có thể do các nhà nghiên cứu phóng đại. Eisenberg và Lennon (1983) tiến hành phân tích đối chứng nghiên cứu sự khác nhau giới tính đối với sự thấu cảm, đặc biệt khảo sát những đánh giá khác nhau và kết quả mà chúng tạo ra. Họ nhận thấy nghiên cứu sự khác nhau giới tính trong sự thấu cảm có vẻ lệ thuộc nhiều vào loại phương pháp dùng để nghiên cứu. Nghiên cứu bao gồm những thang điểm tự báo cáo thường tạo ra nhiều sự khác biệt giữa giới tính, ngụ ý rằng phụ nữ thấu cảm nhiều hơn. Nghiên cứu sử dụng cách đánh giá phản xạ trong phòng thí nghiệm tạo ra sự khác biệt ở mức trung bình. Nhưng khi sử dụng cách đánh giá "ẩn" hay khó thể sửa đổi, như cách đánh giá thấu cảm sinh lý hay quan sát kín đáo phản ứng không bằng lời đối với trạng thái cảm xúc của người khác, thì không có sự khác nhau giới tính.

Eisenberg và Lennon xem những chứng cứ này biểu thị rằng phụ nữ phản ứng đối với **đặc điểm yêu cầu** của nghiên cứu. Nếu họ biết rằng người nghiên cứu quan tâm đến hành vi thấu cảm ở con người thì phụ nữ thường tự mô tả mình phù hợp với vai trò suy nghĩ rập khuôn, cũng như cao hơn về tính cảm xúc và nuôi dưỡng, nam giới tự mô tả mình thấp hơn. Nhưng cũng không rõ nghiên cứu diễn ra ra sao, sự khác nhau giữa các phái không xuất hiện. Điều này cho thấy nam và nữ có thể thấu cảm với nhau nhưng cách tiến hành nghiên cứu làm cho những khác biệt như thế xuất hiện.

Đây là một kết luận đáng lo âu trong nghiên cứu sự khác nhau giới tính, vì cách đánh giá "nam tính" và "nữ tính" truyền thống theo định nghĩa luôn bao gồm cách đánh giá thấu cảm. Nam giới đạt điểm "thấu cảm" trong một thang đánh giá nam tính hay nữ tính truyền thống sẽ được phân loại là người có nhiều nữ tính hơn, vì thế mang tính luân phiên: không thể phát hiện sự thấu cảm thực sự được phân bổ ra sao trong dân số.

Kết hợp các mức độ giải thích

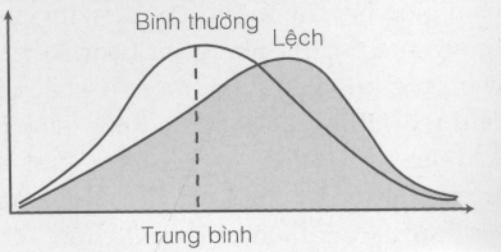
Vấn đề là các mức độ giải thích sinh học, cá thể, xã hội và văn hóa về sự khác nhau giới tính có thể kết hợp ra sao, một thông tin có vẻ khá rõ ràng là cách đánh giá chung "nam tính" hay "nữ tính" có lẽ không thể khả thi: tốt hơn nên xét các đặc tính cụ thể như thấu cảm hay độc lập một cách riêng biệt và không nên có cách đánh giá chung. Thông tin khác là chỉ xét sự khác nhau, bỏ qua sự giống nhau có thể tạo ra bức tranh phóng đại. Rất có thể trong một xu hướng sinh học bất kỳ, như đặc điểm sinh học khác, được phân bố bình thường trong một dân số, nhưng khi đi đến những đặc tính kết hợp vai trò giới tính nam và nữ, thì áp lực văn hóa và xã hội sẽ tác động làm lệch sự phân bố ấy theo một chiều.

Lập luận này có thể rõ hơn nếu chúng ta xem ví dụ ước muốn đẻ con: sự thôi thúc rõ ràng có nguồn gốc sinh học nhưng cũng thể hiện sự khác biệt văn hóa theo nghĩa số lượng con mà cá nhân muốn có. Nếu chúng ta gạt bỏ mọi áp lực xã hội, tôn giáo và văn hóa sang một bên thì chúng ta vẫn nhận thấy một số phụ nữ có cảm giác bị thôi thúc tư cách làm mẹ mạnh đến mức họ muốn có nhiều con, nhưng chúng ta cũng nhận thấy một số phụ nữ hoàn toàn hạnh phúc khi không có đứa con nào. Đây là 2 tình trạng cực đoan của sự phân bố, và đa số dân số nữ đều rơi vào khoảng giữa. Hầu hết phụ nữ có lẽ đều muốn ít nhất một đứa con, đa số muốn có 2, 3 đứa, v.v... nhưng ảnh hưởng văn hóa, tôn giáo và xã hội cũng tác động đến cá nhân. Hầu hết phụ nữ trưởng thành cho rằng một ngày nào đó mình sẽ có con, và không xem sự không có con như một tùy chọn thực tế – thực ra, trong một số nền văn hóa sự không có con được xem là điều hổ thẹn. Những áp lực này tác động tạo ra sự phân bố **lệch** (Hình 20.1), đến mức một ít phụ nữ chọn không con, và nhiều người chọn nhiều con.

Nuôi con là một minh họa nguồn gốc sinh học rõ ràng, nhưng cơ chế tương tự rất có thể áp dụng cho các đặc điểm tâm lý. Ở mức độ nào đó, có thể bổ ích hơn khi xét một đặc tính nhất định như độc lập được phân bố trong dân số nữ và trong dân số nam ra sao, hơn là xét những khác nhau chung giữa phái nam và nữ. Một đặc tính nhất định chắc chắn được phân bố bình thường, và chỉ xét những khác nhau về giới tính cố thể không nhận thấy hai phân bố chồng chéo nhiều đến mức nào.

Sự phát triển ở trẻ bao gồm tương tác phức tạp giữa các quá trình sinh học và trưởng thành, tập quen xã hội, phát triển nhận thức và phát triển nhận thức xã hội. Nhưng tâm lý học phát triển không dừng

Hình 20.1 Phân bố lệch



lại ở thời thơ ấu. Chúng ta tiếp tục phát triển trong suốt đời. Trong chương sau, chúng ta đi tiếp đến việc khảo sát sự phát triển trong suốt tuổi đời và một số khía cạnh phát triển khác nổi bật khi nghiên cứu khỏi thời thơ ấu.

Từ khóa

Bệnh thái nhân cách vô cảm: Hội chứng do Bowlby phác họa, mang đặc điểm thiếu các mối quan hệ xã hội cũng như lương tâm xã hội.

Sự tẩy nhẹ: Khái niệm cho rằng những năng lượng gây hấn hay năng lượng khác có thể được phóng thích an toàn qua những kênh vô hại (như các môn thể thao nhiều khán giả mang tính cạnh tranh cao). Mặc dù đây là một khái niệm phổ biến có từ thời Plato, nhưng hầu hết nghiên cứu sự tẩy nhẹ ngụ ý rằng các sự kiện tẩy nhẹ thực sự làm cho năng lượng gây hấn hay năng lượng khác gia tăng chứ không giảm bớt.

Sự hòa đồng: Một hình thức tập quen rất nhanh, được thể hiện ở động vật độc lập sau khi sinh, dẫn đến kết quả sự gắn bó nhanh chóng, rất mạnh với bố.

Tước đoạt mẹ: Nhóm từ dùng để mô tả một trạng thái bị tách khỏi mẹ vào những năm đầu đời.

Tính đơn hướng: Lý thuyết do Bowlby đề xuất cho rằng trẻ chỉ hình thành sự gắn bó rất mạnh với mẹ, khác với sự gắn bó của trẻ với người khác.

Động vật có thể sống độc lập sau khi sinh: Động vật có thể di chuyển ngay sau khi sinh nở

Lý thuyết tập quen xã hội: Tiếp cận phát triển ở trẻ phát biểu rằng trẻ phát triển thông qua sự tập quen, học hỏi từ những người khác xung quanh.

Tóm tắt

1. Lý thuyết gắn bó ban đầu dựa trên khái niệm hòa đồng: trẻ hình thành sự gắn bó nhanh chóng, đặc biệt với mẹ ngay sau khi sinh, và các mối quan hệ khác kém quan trọng hơn.
2. Nghiên cứu sau này về sự gắn bó ở người cho thấy chúng phát triển do sự tương tác bố con. Trẻ có tố chất bẩm sinh phản ứng tích cực đối với những tương tác với người khác.
3. Tùy vào tính chất của sự tương tác trẻ có với bố mẹ, trẻ thể hiện sự gắn bó an toàn, không an toàn hay 2 chiều. Những gắn bó này bao gồm hành vi khác nhau và giao tiếp giữa bố và con.
4. Giả thuyết tính liên tục phát biểu rằng kinh nghiệm ban đầu có ảnh hưởng thường trực đối với nhân cách người lớn. Tuy nhiên, nghiên cứu ngụ ý rằng có thể phục hồi thậm chí từ thời thơ ấu bị tước đoạt nghiêm trọng với điều kiện cá nhân có được mối quan hệ hỗ trợ, đầm ấm trong đời sống sau này.
5. Nhiều nhà nghiên cứu cố nhận dạng các giai đoạn trong trò chơi ở trẻ, hay các phân loại về loại trò chơi khác nhau. Các nhà nghiên cứu khác cũng nhận dạng những đặc điểm đặc biệt của trò chơi chẳng hạn như động cơ thúc đẩy bên trong, tập trung vào xử lý hơn là tính chất tập trung vào kết quả, liên quan với hành vi không thật và tính chất tự định hướng.
6. lý thuyết trò chơi cổ điển các mô hình trò chơi như năng lượng thặng dư, trò chơi như sự thư giãn, trò chơi như sự tóm tắt và trò chơi như sự thực hành. Các tiếp cận gần đây hơn xem trò chơi là sự thể hiện mâu thuẫn tâm lý động học cơ bản, như tìm kiếm kích thích, giao tiếp đối chứng, định khung xã hội và mô tả đối chứng.

7. Nghiên cứu tâm lý học về cách trẻ đạt được hành vi vai trò giới tính thích hợp gồm các tiếp cận sinh học, tiếp cận sinh học xã hội, tiếp cận tập quen xã hội, tiếp cận phân tâm học và nghiên cứu nhấn mạnh sự giống nhau giới tính và lưỡng tính.

8. Nghiên cứu giữa các nền văn hóa và các nghiên cứu khác về sự khác nhau giới tính cho thấy trong vai trò giới tính ở người có nhiều tính linh động hơn nghiên cứu trong một xã hội. Vai trò giới tính tốt nhất được hiểu bằng cách sử dụng nhiều mức độ giải thích hơn là chỉ xét một nguyên nhân duy nhất.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy phác họa những khía cạnh quan trọng trong tương tác bố con.
2. Hãy mô tả ngắn gọn nghiên cứu của Ainsworth về gắn bó an toàn và không an toàn.
3. Liệu pháp trò chơi là gì?

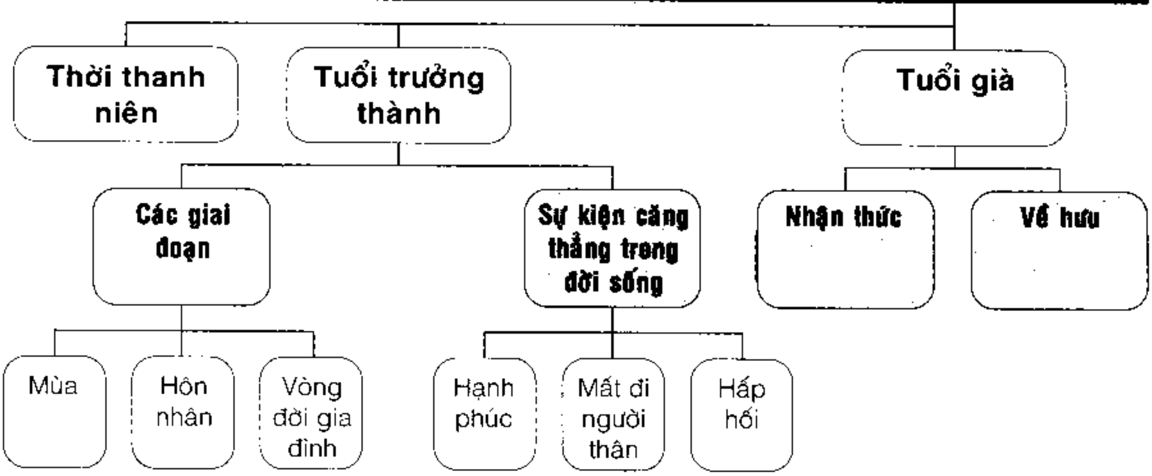
Câu hỏi thảo luận

1. Sử dụng chứng cứ tâm lý học, hãy thảo luận liệu kinh nghiệm ban đầu chắc chắn có ảnh hưởng đến phần đời còn lại hay không.
2. Các nhà tâm lý học phát hiện điều gì về thuyết suy nghĩ ở trẻ?
3. Đánh giá có phê phán nghiên cứu tâm lý học về trò chơi ở trẻ.

chương

21

Tâm lý học phát triển tuổi đời


Thời thanh niên
Tuổi trưởng thành
Tuổi già
Các giai đoạn
Sự kiện căng thẳng trong đời sống
Nhận thức
Về hưu
Mùa
Hôn nhân
Vòng đời gia đình
Hạnh phúc
Mất đi người thân
Hấp hối

Đối tượng nghiên cứu

21.1. Tiếp cận tuổi đời

a. Định nghĩa thuật ngữ về tâm lý học tuổi đời

b. Liệt kê 4 giả định về tiếp cận tuổi đời

c. Áp dụng khái niệm tuổi đời vào kinh nghiệm hàng ngày

21.2. Thời thanh niên đầy sóng gió và căng thẳng

a. Phác họa cơ chế dẫn đến sự đổ vỡ xúc cảm trong thời thanh niên

b. Mô tả lý thuyết thời thanh niên như biến động cảm xúc

c. Đánh giá mô hình thời thanh niên đầy sóng gió và căng thẳng

21.3. Các lý thuyết thời thanh niên thay thế

a. Định nghĩa thuật ngữ về mô hình thời thanh niên chuyển tiếp vai trò

b. Liệt kê các giai đoạn phát triển của Eirkson

c. Áp dụng khái niệm chuyển tiếp vai trò và minh họa thường nhật

21.4. Thuyết tiêu điểm của Coleman

a. Phác họa lý thuyết thời thanh niên tiêu điểm của Coleman

b. Mô tả nghiên cứu thời thanh niên

c. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến tiếp cận tuổi đời đối với thời thanh niên

21.5. Lý thuyết giai đoạn tuổi trưởng thành

a. Liệt kê các giai đoạn vòng đời gia đình

b. Mô tả lý thuyết tuổi trưởng thành

c. Đánh giá lý thuyết tuổi trưởng thành và đời sống gia đình

21.6. Sự kiện căng thẳng trong đời sống

a. Phác họa mô hình sự kiện căng thẳng trong đời sống

b. Mô tả nghiên cứu sự kiện căng thẳng trong đời sống và/ hoặc đối phó

c. Đánh giá tiếp cận sự kiện căng thẳng trong đời sống

21.7. Đau buồn và mất đi người thân

a. Liệt kê các giai đoạn và thành phần đau buồn

b. Phân biệt giữa đau buồn bình thường và bất thường

c. Mô tả các yếu tố xã hội ảnh hưởng đến cảm giác hấp hối

21.8. Tuổi già và về hưu

a. Đánh giá nghiên cứu tuổi già và khả năng

b. Nhận dạng các yếu tố làm giảm ảnh hưởng của tuổi già

Phần lớn thế kỷ 20, tâm lý học phát triển tập trung hầu như hoàn toàn vào thời thơ ấu, và những thay đổi diễn ra đối với con người trong giai đoạn ấy. Có rất ít nghiên cứu về sự phát triển ở người lớn và nếu có thường mô tả bức tranh khá tiêu cực về tuổi già, sự già yếu và cái chết. Nhưng gần đây hơn, nhiều yếu tố đã đặt ra vấn đề người lớn tiếp tục phát triển trong suốt tuổi đời ra sao. Một trong số này là ảnh hưởng của **trường phái tư tưởng nhân văn** trong tâm lý học, như chúng ta đã biết trong Chương 7, nhấn mạnh sự tăng trưởng và phát triển liên tục nhân cách con người.

Thay đổi và chọn lựa trong cách sống và trong các mối quan hệ gia đình cũng để lại dấu ấn, khi các nhà nghiên cứu đi đến việc thừa nhận rằng đơn vị gia đình truyền thống không thể mô tả kinh nghiệm thực sự của phần đông dân số, ít ra đối với một số khía cạnh trong đời sống của họ. Ảnh hưởng của tâm lý học theo thuyết nam nữ bình quyền cũng dẫn đến kết quả có nhiều chú ý đến kinh nghiệm của phụ nữ trong đời sống. Thậm chí trong gia đình hạt nhân quy ước, những dấu ấn này thể hiện qua nhiều giai đoạn rất khác nhau, khi trẻ được sinh ra, được dạy dỗ và thoát ly gia đình.

GIẢ ĐỊNH CỦA TÂM LÝ HỌC TUỔI ĐỜI

Sugarman (1986) phác họa nhiều giả định cơ bản trong tâm lý học phát triển tuổi đời. Một trong số này, phù hợp đến mức đáng chú ý với sự nhấn mạnh của nghiên cứu hiện đại về sự phát triển ở trẻ, là cách mà sự phát triển nên được xét trong **bối cảnh xã hội.** Con người hoạt động trong một môi trường xã hội bao gồm nhiều người khác: bạn bè, gia đình, trường học. Họ cũng phát triển trong bối cảnh văn hóa xã hội – mong đợi con người có khả năng phát triển ra sao chịu ảnh hưởng bởi giai cấp xã hội, bối cảnh chính trị và giả định văn hóa cũng như nhu cầu xã hội trực tiếp. Tất cả những điều này cần được tính đến khi nghiên cứu sự phát triển.

Giả định khác trong tâm lý học phát triển tuổi đời là giả định **ảnh hưởng tương hỗ.** Gia đình và cá nhân trong gia đình ảnh hưởng tương hỗ với nhau - mỗi người hay tương tác trong một đơn vị gia đình đều có ảnh hưởng đến người khác liên quan. Gia đình không tĩnh tại, đôi khi thay đổi về cơ bản trong một khoảng cách thời gian khá ngắn, như trong trường hợp ly dị. Mong đợi và các mối quan hệ giữa bố và con hay giữa anh chị em ruột, đều có ảnh hưởng thậm chí trong những gia đình ổn định, và thay đổi với thời gian thông qua hành động của chính số thành viên tham gia ấy.

Con người không đơn thuần tiếp nhận ảnh hưởng: họ là **tác nhân tích cực** trong đời sống của riêng mình. Thông qua việc chọn lựa và thông qua ảnh hưởng chúng ta tạo ra đối với người khác, ở mức độ nào đó, tất cả chúng ta là những nhà sản xuất và định dạng sự phát triển của chính mình. Đối với mục đích này, sự hiểu biết mà chúng ta có về sự phát triển ấy có thể mang tính quyết định trong việc xác định chiều hướng và tính chất của sự phát triển – những gì chúng ta nghĩ chắc chắn xảy ra đối với mình, có ảnh hưởng quan trọng đối với những gì thực sự đang diễn ra.

Giả định quan trọng khác trong tâm lý học phát triển tuổi đời mà Sugarman nhận dạng là **tính phức tạp.** Như chúng ta đã biết trong sách này, con người rất phức tạp cần được hiểu từ nhiều quan điểm khác nhau. Vì thế, không có tiếp cận duy nhất nào giúp chúng ta hiểu biết con người. Một tiếp cận đa ngành, khảo sát sự phát triển từ quan điểm xã hội, văn hóa, sinh học và tâm lý học đều cần thiết nếu chúng ta phải nắm bắt sự phát triển của con người qua tuổi đời ra sao.

Tâm lý học phát triển tuổi đời là một lĩnh vực tương đối mới. Tuy nhiên vẫn chưa có những quan điểm lý thuyết toàn diện xoay quanh toàn bộ kinh nghiệm của con người trong suốt đời. Trong chương này, chúng ta khảo sát một số nghiên cứu và khả năng hiểu biết về lý thuyết đã được phát triển trong lĩnh vực này, trước hết nghiên cứu thời thanh niên, kế đến nghiên cứu tuổi trưởng thành và sau cùng là quá trình lão hóa và các giai đoạn đời sống sau này.

THỜI THANH NIÊN

Trong xã hội phương Tây, thời thanh niên là giai đoạn phát triển đánh dấu sự chuyển tiếp giữa thế giới và đặc quyền của thời thơ ấu và giữa thế giới và đặc quyền của người lớn. Do đó, đây là giai đoạn mà kinh nghiệm và suy nghĩ trẻ thu thập trong thời thơ ấu, cần được đánh giá lại và sắp xếp có hệ thống trở lại, chuẩn bị cho vị thế mới của cá nhân và ngày càng tham gia vào sinh hoạt xã hội nhiều hơn.

Nhiều quan điểm lý thuyết khác nhau được đề xuất để cập tính chất của thời thanh niên. Quan điểm thuyết phục nhất cho rằng thời thanh niên là thời kỳ đầy sóng gió, mâu thuẫn với người có uy quyền, biến động cảm xúc và tái điều chỉnh xã hội. Vì thế, chúng ta bắt đầu bằng việc nghiên cứu mô hình này và một số khuyết điểm của nó trước khi chuyển sang nghiên cứu một số mô hình thời thanh niên thay thế mà các nhà tâm lý học đã và đang phát triển.

THỜI THANH NIÊN NHƯ MỘT THỜI KỲ "ĐẦY SÓNG GIÓ VÀ CĂNG THẲNG"

Đây là lý thuyết thời thanh niên "cổ điển", xem thanh niên luôn mang tính nổi loạn, phản đối uy quyền của bố mẹ, thay thế uy quyền của nhóm đồng tuổi, cảm xúc bất ổn, có những dao động tâm trạng dữ dội. Quan điểm về thời thanh niên này có từ lâu, có lẽ đạt đỉnh điểm trong thập niên 1950 và 1960. trong suốt thế kỷ, có nhiều giải thích đưa ra để lý giải tại sao khía cạnh thời thanh niên này phát sinh và phát sinh như thế nào.

Góc độ sinh học

Quan điểm sinh học về thời thanh niên là một thời kỳ sóng gió do G. Stanley Hall đưa ra lần đầu tiên năm 1904. Như Piaget (xem Chương 17), Hall chọn quan điểm lý thuyết cho rằng **sự phát triển cá thể tóm tắt sự phát sinh chủng loài** – nói cách khác, sự phát triển cá thể ấy trải qua mọi giai đoạn trong sự phát triển tiến hóa của chủng loài. Do đó, Hall xem những năm thuộc tuổi vị thành niên bị bất ổn về cảm xúc, phản ánh những thời kỳ nguyên thủy trong sự tiến hóa của con người mang đặc điểm cuộc chiến bộ tộc và hành vi man rợ. Hall cũng cho rằng vì đây là một bộ phận phát triển không thể tránh khỏi, thanh niên cần một môi trường hỗ trợ và dung hòa để tác động qua những đợt biến động cảm xúc.

Một giải thích sinh học khác nhấn mạnh **sự thay đổi trưởng thành.** Sorenson (1973) chọn quan điểm cho rằng thay đổi trên cơ thể diễn ra trong thời thanh niên tạo ra sự bất ổn về cảm xúc, biểu thị bằng sự xáo trộn và nổi loạn. Sorenson cho rằng thanh niên đặc biệt trải qua nhiều căng thẳng do sự thay đổi cụ thể trên cơ thể mình và nhận thức tình dục đang phát triển. Theo Sorenson, những căng thẳng này tạo ra lo âu và khả năng có thể đối đầu với người có uy quyền ngày càng tăng.

Mức độ trưởng thành

Số lượng nghiên cứu đáng kể khảo sát tác dụng của mức độ trưởng thành cơ thể dựa trên sự tự nhận thức và đồng nhất xã hội của thanh niên. Lerner và Karabenick (1974) nêu rõ thanh niên tự xem mình khác với những suy nghĩ rập khuôn về văn hóa thường có những vấn đề trong sự tự nhận thức về mình. Hình ảnh quyến rũ luôn được tiếp nhận thông qua giới truyền thông đại chúng mô tả một số loại thể hình là mẫu hấp dẫn. Những hình ảnh này thường có khuynh hướng được nhập tâm và dùng như tiêu chuẩn so sánh thậm chí chúng phi hiện thực.

Cả thanh niên lẫn thanh nữ trải qua **sự bộc phát tăng trưởng** trong thời thanh niên làm cho người khác thấy rõ họ đang phát triển ra sao. Người phát triển sớm được nhận thấy cao hơn người khác cùng độ tuổi ở mức đáng kể, trái lại một số người phát triển muộn có thể thấp hơn bạn đồng tuổi ở mức đáng kể, và điều này có thể kéo dài trong nhiều năm. Cả hai sự so sánh dẫn đến suy nghĩ không thích hợp tạo ra sự căng thẳng cảm xúc. Jones và Bayley (1950) nhận thấy thanh niên trưởng thành muộn thường có khuynh hướng kém thoải mái hơn và lệ thuộc vào người khác nhiều hơn số thanh niên trưởng thành sớm. Peskin (1973) chứng minh thanh nữ phát triển sớm thường thể hiện sự rối loạn tâm lý nhiều hơn và ít tự tin so với bạn đồng tuổi trưởng thành muộn hơn.

Petersen và Crockett (1985) đưa ra **giả thuyết độ lệch** để giải thích sự không nhất quán này. Giả thuyết này cho rằng vấn đề không phải là sự trưởng thành muộn hay sớm. Điều quan trọng là những người phát triển sớm và muộn trong cách nào đó đều lệch lạc so với bạn đồng tuổi. Tác dụng tâm lý tiêu cực khác nhau mà các nhà nghiên cứu nhận dạng xảy ra do kết quả của cảm giác mình bị lệch lạc này. Nghiên cứu của Brooks-Gunn và Warren (1985) ủng hộ quan điểm này. Họ so sánh số thiếu nữ học trường múa với số thiếu nữ khác cùng độ tuổi. Trong bối cảnh này, trưởng thành muộn là một lợi thế, vì trong trường múa chú trọng đến vóc người nhỏ và trọng lượng cơ thể thấp. Trong những trường này, những thiếu nữ nào trưởng thành "sớm" thể hiện nhân cách nhiều hơn và có nhiều rối loạn ăn uống nhiều hơn thiếu nữ trong nhóm kiểm soát.

Góc độ phân tâm học

Trường phái tư tưởng phân tâm học cũng xem thời thanh niên như một thời kỳ biến động cảm xúc. Họ cho rằng sự biến động này bắt nguồn do sự đột ngột bùng phát nhu cầu sinh lý trong tuổi dậy thì, và nhu cầu phải điều chỉnh lại nhiều xung đột tình dục đã gặp trước đây trong thời thơ ấu. Theo Anna Freud (1968) điều này tạo ra những đợt dao động tâm trạng dữ dội, từ cảm giác phấn chấn sang thất vọng dữ dội cho đến trầm cảm muốn tự vẫn.

Blos (1967) cho rằng quá trình thoát ly gia đình – nhất là trong việc tìm "đối tượng tình yêu" bên ngoài gia đình có nghĩa là thanh niên trải qua một quá trình từ bỏ sự lệ thuộc và thay đổi các mối quan hệ thời thơ ấu, sao cho họ ít bị ràng buộc hơn. Blos cũng cho rằng để làm điều này, thanh niên cần phải thoái bộ và trở lại xúc cảm của thời sơ sinh và thơ ấu ban đầu. Chính quá trình này tạo ra những dao động tâm trạng dữ dội và biểu hiện cảm xúc kịch tính ở thanh niên.

Sự thoái bộ thời thanh niên theo Blos, có thể nhìn thấy trong nhiều khía cạnh thuộc hành vi của thanh niên. Chẳng hạn, sự lý tưởng hóa các ngôi sao nhạc pop hay nhân vật nổi tiếng trong các môn thể thao, có thể được xem là sự thoái bộ trở về người bố lý tưởng hóa của thời thơ ấu, hay khuynh hướng của thanh niên bị thu hút vào những lý tưởng trừu tượng – chính trị, tôn giáo hay nghệ thuật – có thể xem là sự thoái bộ trở về trạng thái "liên kết" như trẻ con, giúp họ hoàn toàn bị nhận chìm vào sự thoái bộ khác. Minh họa sự thoái bộ thời thanh niên, theo Blos mang tính 2 chiều hướng-đến bố mẹ, biểu thị bằng những đợt dao động tâm trạng dữ dội. Blos xem tâm trạng này như sự thoái bộ trở về phản ứng yêu - ghét của thời sơ sinh ban đầu.

Theo Blos điều cần thiết đối với thanh niên là phải trải qua quá trình này. Nếu không thì đối với thanh niên không thể thoát ly gia đình hiệu quả, để hình thành các mối quan hệ tích cực, có ý nghĩa với người khác. Từ quan điểm phân tâm học, biến động và nổi loạn được xem là cần thiết đối với sự phát triển tâm lý lành mạnh ở người lớn.

Tính tương đối văn hóa

Trong nhiều khía cạnh, thanh niên được cách ly khỏi xã hội người lớn. Về mặt kỹ thuật, ít nhất họ không được tham gia hoạt động tình dục, những tiêu khiển khác nhau, như uống rượu ngoài quán hay ít nhất bị cấm trên danh nghĩa như một số loại kỹ năng như lái ô tô chẳng hạn. Diều này thúc đẩy sự phát triển "văn hóa thanh niên" riêng biệt, với những tiêu chuẩn và áp lực độc lập, và toàn bộ dải sản phẩm và hoạt động giải trí đặc biệt nhắm vào thanh niên.

Bronfenbrenner (1973) nhận dạng sự cách ly này như sự đóng góp quan trọng cho thái độ phản xã hội ở trẻ vị thành niên Mỹ. Trong nghiên cứu thông lệ nuôi trẻ ở Mỹ và Liên Xô (cũ), Bronfenbrenner nhận thấy thanh niên Nga hòa đồng xã hội nhiều hơn, không chấp nhận hành vi phản xã hội ở bạn đồng tuổi. Ở Mỹ trái lại, sự phạm pháp vị thành niên nhất là ở bé trai được nhóm đồng tuổi xem là "táo bạo, dũng cảm", tạo ra một tiểu văn hóa xã hội tán thành một số loại hành động phản xã hội. Bronfenbrenner cho rằng cách mà các nền văn hóa Nga bao gồm thanh niên thật cụ thể cung cấp cho thanh niên vô số cơ hội tham gia xã hội người lớn có nghĩa là đối với nhóm đồng tuổi dễ tạo áp lực đứng về phía xã hội hơn là chống lại giá trị xã hội.

Mặc dù trong xã hội phương Tây thời thanh niên được xem là một thời kỳ chắc chắn phải có, nhưng trong mọi xã hội không phải như thế. Mead (1928) công bố một nghiên cứu nổi tiếng về thời kỳ thanh niên ở đảo Samoa, mô tả thời thanh niên khác hẳn. Theo Mead, ngay cả ở tuổi 5 hay 6, trẻ đã tham gia nhiều công việc do người lớn đảm nhận, những công việc này hoàn toàn tăng dần về số lượng và mức độ trách nhiệm khi trẻ càng lớn tuổi. Có sự gián đoạn rất ít giữa thời thơ ấu và tuổi trưởng thành vì thế không cần có giai đoạn thời thanh niên riêng biệt.

Mead báo cáo quan hệ tình dục cũng phát triển dần dần, có nghĩa là vào thời điểm họ kết hôn, cả hai mới quan hệ tình dục. Mead nhận thấy ít có "sóng gió và căng thẳng" trong đời sống thanh niên Samoa và quy kết điều này cho sự chuyển tiếp dần dần hơn là sự gián đoạn đột ngột.

Freeman (1984) không thừa nhận nhận xét của Mead. Từ nghiên cứu của ông về Samoa, ông cho rằng, đúng ra kinh nghiệm tình dục phổ biến ở thanh niên thuộc 2 phái, sự đồng trinh ở các cô gái được xem là phần thưởng cao trong các gia đình địa vị cao hơn. Freeman cho rằng chứng cứ của Mead mang thành kiến vì bà thu thập thông tin chủ yếu bằng cách nói chuyện với phụ nữ và thiếu nữ trong xã hội. Nhưng chỉ trích của Freeman (chẳng hạn Ballard, 1983) nêu rõ thông tin của riêng ông thu thập từ việc chủ yếu nói chuyện với nam giới địa vị cao tượng trưng cho nguồn thông tin cũng mang thành kiến. Có thể xã hội Samoa giống như các xã hội loài người khác, mang đặc điểm bằng sự đa dạng và đáng kể về hành vi nhưng cũng cho thấy "sóng gió và căng thẳng" trong thời thanh niên không thể là không tránh được.

Chỉ trích mô hình thời thanh niên "sóng gió và căng thẳng"

Dần dần, các nhà tâm lý học bắt đầu công nhận rằng mô hình thời thanh niên "sóng gió và căng thẳng" có phần nào phóng đại. Một trong những phủ nhận đầu tiên đối với quan điểm này phát xuất từ Bandura (1972), ông khảo sát thanh niên "bình thường" và gia đình của họ chứ không đơn thuần nghiên cứu những người được điều trị tâm lý. Bandura nhận thấy hầu hết thanh niên không thể hiện sự đối lập cụ thể bất kỳ đối với giá trị của bố mẹ mình, cũng như không hề có thái độ thù địch và nổi loạn. Trái lại, đối với nhiều người thời thanh niên của họ là một thời kỳ phát triển sự tin cậy nhiều hơn và mối quan hệ tốt hơn với bố mẹ nói chung.

Bandura cho rằng quan niệm thời thanh niên cổ điển sai lầm vì một số lý do. Một trong số này là quan niệm thời thanh niên là một giai đoạn tương đối đột ngột, trong đó sự tự chủ mới từ bố mẹ xuất hiện. Bandura lập luận trái lại, trẻ tăng dần sự tự chủ của mình trong suốt thời thơ ấu sau này, sao cho vào thời điểm thực sự đạt đến thời thanh niên thì trẻ đã được ổn định khá tốt – ít nhất đối với phần của trẻ mặc dù bố mẹ vẫn còn phải điều chỉnh.

Mô hình thời thanh niên cổ điển cũng cho rằng, thời thanh niên hoàn toàn chuyển sự lệ thuộc tâm lý trước đây của mình vào bố mẹ sang nhóm đồng tuổi, cho rằng thanh niên hoàn toàn nghe lời nhóm đồng tuổi của mình một cách mù quáng, không biết phân biệt. Nghiên cứu của Bandura cho thấy trái lại hầu hết thanh niên phân biệt rất rõ về nhóm đồng tuổi của mình và chỉ chọn lựa những người nào họ xem là vai trò mẫu.

Musgrove (1963) chọn quan điểm cho rằng sự cách ly khỏi thế giới người lớn không tự động tạo cho thanh niên có giá trị đối lập xã hội. Musgrove cho rằng sự đối lập hoàn toàn lệ thuộc vào những gì mà cá nhân đang làm trong thời kỳ cách ly. Nếu thanh niên bị cách ly khỏi thế giới người lớn, và thế giới này tỏ ra ít tôn trọng họ (chẳng hạn, giống như những người điểm kém trong lớp) thì sau đó, theo Musgrove, một tiểu văn hóa sẽ hình thành và có những giá trị đối lập với văn hóa thịnh hành. Nếu mặt khác thanh niên bị cách ly khỏi thế giới người lớn nhưng vẫn được tôn trọng cao hơn hay ít nhất cũng được tôn trọng, thì tiểu văn hóa thanh niên thường chấp nhận giá trị xã hội thanh niên, sử dụng thời gian để tìm hiểu và phát triển tính sẵn sàng tham gia đầy đủ hơn.

Chính quan điểm này làm nền tảng cho nhiều "kế hoạch khám phá" khác nhau về thanh niên, như kế hoạch Operation Raleigh hay học bổng Công tước xứ Edinburgh cung cấp cho thanh niên cơ hội phát triển kỹ năng của mình thông qua các hoạt động, mặc dù tách biệt nhưng nói chung được thế giới người lớn tôn trọng, cho phép họ sử dụng thời thanh niên đạt được sự kết hợp với xã hội tích cực hơn.

Coleman và Hendry (1990) cho rằng sự nhấn mạnh sai lầm về nổi loạn và phản đối uy quyền của bố là do nhiều yếu tố xã hội chẳng hạn như giới truyền thông nhấn mạnh thanh niên nổi loạn, như được mô tả trong phim ảnh và truyền hình. Có thể ảnh hưởng đáng kể nhất theo họ là thực tế hầu hết các nhà tâm lý học đặt giả thuyết về thời thanh niên đều phát xuất từ lĩnh vực lâm sàng, do đó, mặc dù họ tiếp xúc với nhiều thanh niên, nhưng những người họ tiếp xúc hầu như đều bị một số loại rối loạn tâm lý nào đó hay đang bị căng thẳng. Điều này có nghĩa những người nghiên cứu này phát triển một nhận thức phi hiện thực về đời sống của đa số thanh thiếu niên trong xã hội.

Như Bandura, Coleman và Hendry cho rằng hầu hết thanh niên trong thời kỳ này diễn biến êm ả hơn người ta thường nghĩ trước đây. Mô hình thời thanh niên "sóng gió và căng thẳng" theo họ chỉ áp dụng cho một thiểu số cá nhân chứ không phải là đa số. Dĩ nhiên có những trường hợp mô hình này chứng to là một bức tranh chính xác nhưng Coleman và Hendry xem "sóng gió và căng thẳng" của họ có thể là do các yếu tố tâm lý khác như rối loạn trước đây hay mối quan hệ bệnh lý trong gia đình (xem Chương 9), hơn là chính thanh niên. Ngày nay, hầu hết các nhà tâm lý học đều cho rằng mô hình "sóng gió và căng thẳng" không tượng trưng cho kinh nghiệm của đa số thanh niên.

THỜI THANH NIÊN NHƯ MỘT THỜI KỲ CHUYỂN TIẾP VAI TRÒ

Trong những năm gần đây, có quan điểm cho rằng thời thanh niên chủ yếu như một thời kỳ **chuyển tiếp vai trò** ngày càng tăng, đến lượt dẫn đến sự thay đổi nhân cách. Những chuyển tiếp chẳng hạn như từ trường học đến nơi làm việc hay thực hành kinh nghiệm, thanh niên phải tập quen nhiều hành vi vai trò khác biệt nhau. Vai trò của trẻ trong gia đình vào lúc này cũng bị xóa bỏ, một tập hợp các mong đợi khác nhau thay thế – thanh thiếu niên được cho rằng trong bối cảnh gia đình phải hành động khác với lúc 10 tuổi. Đồng thời, những tương tác với bạn đồng tuổi cũng thay đổi bao gồm những loại mong đợi hoàn toàn khác nhau và hành vi xã hội khác nhau so với những mong đợi và hành vi thời thơ ấu.

Mead (1972) nhấn mạnh sự thiếu vai trò mẫu đối với thanh niên trong xã hội hiện đại. Trong các xã hội ổn định, phi công nghệ, những người trải qua thời thanh niên có thể nhìn thấy minh họa vai trò sau này mà họ nghĩ rằng mình sẽ chấp nhận. Nhưng trong xã hội hiện đại, những thay đổi trong tính chất công việc, nhu cầu giải trí và xã hội diễn ra nhanh chóng, có nghĩa rằng đối với các bậc phụ huynh không còn hành động như những vai trò mẫu đối với con cái nữa. Trong xã hội ổn định hơn, người lớn tuổi có thể phát biểu: "Tôi đã từng là thanh niên và hiểu vấn đề là gì, nhưng bạn chưa hề lớn tuổi", nhưng trong xã hội hiện đại, thanh niên có thể phát biểu: "Bạn chưa hề trẻ trong một thế giới mà tôi sống như một thanh niên". Mead lập luận điều này khiến cho thanh niên ngày càng chuyển sang bạn đồng tuổi và giới truyền thông để tìm vai trò mẫu hơn là hướng về người lớn tuổi trong gia đình.

Các loại thay đổi vai trò

Elder (1968) phân biệt hai loại thay đổi vai trò diễn ra trong thời thanh niên. Thứ nhất, kinh nghiệm của thanh niên thay đổi trong vai trò hiện có – **thay đổi vai trò bên trong** – khi sự mong đợi của người khác xung quanh thay đổi. Chẳng hạn, cá nhân vẫn còn là một "người chị" nhưng vai trò ấy khi chị ấy 15 tuổi thì bao gồm những mong đợi khác nhau và hành vi vai trò khác với lúc 9 tuổi. Vì thế, một phần trong công việc của thanh niên bao gồm việc nhận thức những thay đổi này trong vai trò xã hội hiện tại của họ và học cách điều chỉnh thích hợp với vai trò ấy.

Loại thay đổi vai trò thứ hai bao gồm việc chấp nhận những vai trò mới hoàn toàn. Trong trường học hay nơi làm việc, ở nhà hay trong nhóm bạn đồng tuổi, các vai trò mới xuất hiện, thanh thiếu niên cần phải tìm hiểu. Chẳng hạn, khi một học sinh ở trường, một trong những vai trò mới miêu tả sự đồng nhất với người có uy quyền ngày càng tăng (chẳng hạn như vai trò của hiệu trưởng) hay đối lập (chẳng hạn như vai trò của thành viên trong nhóm chống lại trường học). Trong nhóm bạn đồng tuổi, tình bạn thời thơ ấu được biến đổi thành các mối quan hệ vai trò mới hoàn toàn, với các yếu tố khác như nhận dạng giới tính trở nên quan trọng hơn trước kia nhiều.

Brim (1965) cho rằng cá nhân có nhiều nhóm tham khảo khác hẳn nhau, điều này có nghĩa hành vi của họ thay đổi rất nhiều, do những mong đợi vai trò khác nhau phát xuất từ những nhóm này. Những gì mà bạn đồng tuổi mong đợi ở bạn trong tư cách "học sinh" không thể giống với hành vi được thầy cô hay bố mẹ của bạn mong đợi ở bạn, trong khi bạn có cùng một vai trò. Một phần trong công việc của thời thanh niên là phải cân bằng những nhu cầu khác nhau này, hòa hợp với sự không nhất quán giữa "cái tôi" khác nhau đối với các nhóm tham khảo khác nhau.

THỜI THANH NIÊN NHƯ MỘT GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN

Erikson (1968) xem thời thanh niên như một trong chuỗi các giai đoạn phát triển, kéo dài suốt đời từ lúc sơ sinh cho đến tuổi già. Trong thuyết của Erikson, sự phát triển tâm lý học của cá nhân được cho là xảy ra trong việc giải quyết các mâu thuẫn tâm lý cơ bản, hình thành nền tảng cho những mâu thuẫn sau này. Mâu thuẫn tâm lý xã hội mà cá nhân phải đối mặt ở các độ tuổi khác nhau được liệt kê trong Bảng 21.1.

Erikson bắt đầu từ định hướng phân tâm học, nhưng không giống hầu hết các nhà tâm lý học, ông xem sự phát triển tâm lý như một quá trình suốt đời chứ

Bảng 21.1 Mâu thuẫn tâm lý xã hội trong sự phát triển

Đầu thời sơ sinh	**Tin cậy so với không tin cậy** Để đạt được sự cân bằng giữa việc tin cậy người khác và nguy cơ bị bỏ rơi, hay hoài nghi và không tin tưởng, vì thế không thể quan hệ với người khác hoàn toàn.
Cuối thời sơ sinh	**Tự chủ so với hổ thẹn và nghi ngờ** Phát triển ý thức tác nhân và kiểm soát đối với hành vi và hành động hay không tin tưởng khả năng cá nhân của mình và dự đoán thất bại.
Đầu thời thơ ấu	**Sáng kiến so với tội lỗi** Phát triển ý thức ngày càng tăng về trách nhiệm và sáng kiến cá nhân, hay phát triển cảm giác tội lỗi và hoài nghi ngày càng tăng.
Giữa thời thơ ấu	**Chuyên cần so với tự ti** Học cách khắc phục thử thách thông qua nỗ lực có hệ thống hay chấp nhận thất bại và tránh thử thách dẫn đến ý thức tự ti ngày càng tăng.
Tuổi dậy thì và thời thanh niên	**Đồng nhất so với nhầm lẫn vai trò** Phát triển ý thức nhất quán về đồng nhất cá nhân khi đối mặt với các thay đổi trong vai trò và mong đợi của xã hội đối với thanh niên, hay hoàn toàn bị áp đảo bởi những chọn lựa và mong đợi, và không phát triển ý thức cái tôi bên trong nhất quán.
Đầu tuổi trưởng thành	**Thân mật so với cách ly** Phát triển mối quan hệ thân mật và tin cậy với người khác, hay tránh những mối quan hệ mang tính đe dọa và đau khổ.
Giữa tuổi trưởng thành	**Khả năng hình thành so với sự trì trệ** Phát triển đời sống tích cực, hiệu quả kết hợp với việc nhận biết thành tựu cá nhân hay phải trì trệ và không phát triển hay trưởng thành về mặt tâm lý.
Cuối tuổi trưởng thành	**Sự kết hợp so với thất vọng** Có khả năng hồi tưởng quá khứ theo cách tích cực, và để đánh giá thành tựu của mình hay cảm thấy rằng đời sống vô nghia và vô ích

Nguồn: Phỏng theo Erikson, 1968

không phải chủ yếu chỉ diễn ra trong 5 năm đầu đời. Đối với Erikson, sự phát triển tâm lý diễn ra thông qua sự giải quyết **mâu thuẫn tâm lý xã hội** cơ bản, mỗi giai đoạn hình thành trên sự giải quyết mâu thuẫn thành công trong các giai đoạn trước. Giải quyết các giai đoạn trước bất thành tạo ra hậu quả kéo dài, ở chỗ chúng chứa lại những mâu thuẫn chưa được giải quyết còn sót lại cản trở sự phát triển tâm lý xã hội hiện tại.

Giai đoạn tâm lý xã hội trong thời thanh niên như chúng ta nhận xét từ mô hình của Erikson là giải quyết mâu thuẫn phát sinh do quá nhiều thay đổi vai trò trong đời thanh niên. Giải quyết lành mạnh những mâu thuẫn này có nghĩa là cá nhân có khả năng điều chỉnh, thích hợp với những yêu cầu vai trò đang thay đổi của thời thanh niên trong khi vẫn còn ý thức về sự nhận dạng cá nhân kéo dài của chính mình. Nếu yêu cầu vai trò ngày càng tăng của thanh niên áp đặt quá nhiều căng thẳng đối với cá nhân thì kết quả dẫn đến **sự phân tán nhận dạng.** Điều này có nghĩa cá nhân nhầm lẫn mình là ai, khi xét đến tất cả vai trò khác nhau mà có vẻ như họ đang đảm nhận.

Theo Erikson, có bốn yếu tố phân tán nhận dạng. Thứ nhất là vấn đề **tính thân mật**: thanh niên cần có khả năng hình thành những mối quan hệ thân mật với người khác nhưng không đánh mất nhận dạng của chính mình. Thanh niên ngại sự thân mật vì nguy hiểm của tình trạng "bị sa lầy" có thể bị cách ly với người khác, từ bỏ các mối quan hệ chính thức hay theo suy nghĩ rập khuôn. Do đó, họ điên cuồng tham gia việc tìm kiếm tính thân mật mà Erikson mô tả là "đối tác không chắc".

Yếu tố thứ hai là **quan điểm thời gian.** Vì kinh nghiệm của thanh niên bao gồm quá nhiều việc tập quen và chuẩn bị cho đời sống người lớn, nên điều quan trọng là thanh niên có thể nhận xét về mình trong một bối cảnh thời gian trực tiếp. Sự lo âu thái quá về thay đổi và phát triển vào thế giới của người lớn, có nghĩa rằng thanh niên kiềm chế nỗi sợ hãi ấy thành sự bất lực không hoạch định cho tương lai, vì thế phủ nhận rằng thời gian không đổi. Nếu điều này xảy ra, thanh niên không thể thực hiện những dự án dài hạn hay nỗ lực cần thiết để hình thành một cơ sở an toàn đối với người lớn.

Yếu tố thứ ba bao gồm **sự chuyên cần:** sử dụng nghị lực của một người thật hiệu quả và có kết quả. Thanh niên thường có nhiều việc phải làm theo nghĩa công việc và học tập. Những công việc này cũng tượng trưng cho sự chuẩn bị đời sống người lớn, và Erikson xem đó là điều quan trọng trong giai đoạn này đến mức thanh niên nên học cách khai thác nghị lực của mình một cách thực tế. Nhưng muốn thế phải bao gồm một số loại ràng buộc với công việc đang có, mà một số thanh niên cho là tạo ra sự lo âu. Để tránh đối mặt với những lo âu này, họ có thể bị ám ảnh liên quan đến một hoạt động đến mức loại trừ mọi thứ khác, hay họ có thể từ chối không tập trung vào bất cứ hành động nào.

Yếu tố thứ tư trong phân tán nhận dạng trong thuyết của Erikson là vấn đề **nhận dạng tiêu cực.** Một số thanh niên chọn một nhận dạng có ý thức trên cơ sở phủ nhận giá trị của người khác hơn là trên cơ sở sự chọn lựa tích cực của riêng mình – chẳng hạn việc chọn nhận dạng giống với sự đối lập với những gì mà bố mẹ muốn họ tán thành, đơn thuần để khẳng định tính độc lập của riêng mình. Dĩ nhiên, trong thực tế, loại chọn lựa phản ứng này khiến cho cá nhân lệ thuộc vào bố mẹ về mặt tâm lý như trước đây: Không có "đối lập", thì cá nhân không có nhận dạng của riêng mình. Điều quan trọng là thanh niên học cách chọn lựa riêng tư của riêng mình trên cơ sở xu hướng, tài năng và khả năng của mình chứ không dựa trên cơ sở phản ứng với những gì mà người khác muốn họ làm.

Erikson xem thời kỳ thanh niên như việc hình thành một giai đoạn đặc biệt, mà ông mô tả là **tạm ngừng hoạt động tâm lý xã hội.** Trong thời kỳ này, những quyết định quan trọng trong đời sống được chừa trống, cá nhân được tự do thử nghiệm với những khả năng thay thế nhưng không phải đối mặt với toàn bộ hậu quả của chọn lựa ấy. Theo nghĩa này, Erikson xem sự tìm hiểu của thanh niên như một hình thức trò chơi đặc biệt, thay vì áp dụng trò chơi vận động cơ thể thời thơ ấu thanh niên đang đảm nhận cái vai trò và nhận dạng xã hội phức tạp hơn.

Khủng hoảng nhận dạng

Marcia (1966), hoạt động trong khuôn khổ của Erikson, xem khái niệm **khủng hoảng nhận dạng** của Erikson như một yếu tố quan trọng trong giải quyết tâm lý thành công ở giai đoạn này. Đây là khái niệm cho rằng do sự hoàn toàn khác nhau về yêu cầu vai trò và mong đợi đã tạo ra khủng hoảng nhận dạng ở cá nhân, làm cho cá nhân ấy phá vỡ sự tự do giả định thời thơ ấu và chuẩn bị cho sự đồng nhất với người lớn sau này. Như một phần trong khái niệm, Marcia nhận dạng các loại tình trạng nhận dạng khác nhau, có thể phát sinh khi cá nhân hoạt động qua thời thanh niên, được liệt kê trong Bảng 21.2.

Marcia (1966) cho thấy những người đạt đến giai đoạn thành tựu nhận dạng thường ít bị căng thẳng trong những tình huống thử thách hơn, và có thái độ tự trọng cao hơn, ít bị tổn thương hơn những người nằm trong nhóm phân tán nhận dạng. Nghiên cứu của Toder và Marcia (1973) cho thấy phụ nữ đại học đạt đến giai đoạn này có khả năng ít tuân thủ với áp lực xã hội trong một tình huống tập thể hơn.

Bảng 21.2 Các loại tình trạng nhận dạng trong thời thanh niên

1. *Phân tán nhận dạng:* Trong tình trạng này, cá nhân chưa có một ràng buộc bất kỳ với một nhận dạng sau này, và không có biểu hiện nào cho thấy cá nhân sẽ làm như thế.
2. *Ngăn chặn nhận dạng:* Cá nhân chưa trải qua khủng hoảng nhưng dù sao cũng ràng buộc mục tiêu và suy nghĩ, chủ yếu thông qua những chọn lựa từ người khác. Vì thế, chẳng hạn một người được nuôi dưỡng ràng buộc với tôn giáo chẳng hạn một giáo phái theo trào lưu chính thống, sẽ trải qua êm ả đi đến việc chấp nhận nhận dạng và mục tiêu nhất quán với tiếp cận tôn giáo hơn là tìm hiểu những biện pháp thay thế và giải quyết khủng hoảng ở mức độ cá nhân.
3. *Tạm dừng hoạt động:* Cá nhân trong trạng thái khủng hoảng, tích cực tìm kiếm sự nhận dạng trong số các biện pháp thay thế. Có một số chỉ trích về kết luận điều này như một tình trạng nhận dạng, trên cơ sở đây là quá trình trong khi những điều khác là kết quả.
4. *Thành tựu nhận dạng:* Đây là kết quả sau cùng của sự giải quyết khủng hoảng nhận dạng thành công. Ở giai đoạn này, cá nhân giải quyết khủng hoảng theo ý của mình, lúc này ràng buộc chắc chắn với ý thức hệ, ràng buộc xã hội và mục tiêu nghề nghiệp.

Nguồn: phỏng theo Marcia, 1966

Mặc dù nhiều nhà tâm lý học nhận thấy phân tích công việc nhận dạng là bổ ích nhưng tiếp cận cũng bị một số chỉ trích. Hoạt động trong mô hình, Matteson (1977) phủ nhận kết luận của giai đoạn tạm ngưng hoạt động thứ ba như một tình trạng nhận dạng, trên cơ sở đây là quá trình trong khi những điều khác là kết quả. Tuy nhiên, một chỉ trích tiếp cận phổ biến hơn là giả định cho rằng khủng hoảng nhận dạng hình thành phương tiện chính, qua đó để có được nhận dạng xã hội tích cực. Trong khi điều này nhất quán với mô hình thời thanh niên "sóng gió và căng thẳng", thì phần lớn được xem là mặc nhiên vào thời điểm Erikson phát biểu lý thuyết của mình thành hệ thống, như chúng ta đã thấy, mô hình như thế thực tế không được chứng cứ tâm lý ủng hộ.

Offer (1969) báo cáo một nghiên cứu mở rộng về thanh niên Mỹ, và nhận thấy chỉ một thiểu số rất nhỏ mới có biểu hiện khủng hoảng nhận dạng. Tương tự, Siddique và D'Arcy (1984) báo cáo chưa đến ¼ trong mẫu thanh niên rộng mà họ phỏng vấn có biểu hiện rối loạn tâm lý, trong khi đa số có vẻ trải qua sự chuyển tiếp êm á từ thời thanh niên sang tuổi trưởng thành.

Tuy nhiên, những chứng cứ này không có nghĩa rằng mô hình cả đời của Erikson là không giá trị, vì đa số trong cả hai nghiên cứu được điều chỉnh tốt, phát triển mối quan hệ có ý nghĩa với người khác và đạt được sự nhận dạng hội nhập tích cực khi họ trải qua thời thanh niên. Có sự chuyển tiếp vai trò nhưng không hẳn đi kèm với khủng hoảng nhận dạng. Coleman và Hendry (1990) cho rằng điều cần thiết là mô hình lý thuyết thanh niên giải quyết kinh nghiệm thông thường ở thanh niên cũng như kinh nghiệm bất thường hay nhóm thiểu số.

Các lý thuyết gia giai đoạn khác cũng quy công việc cụ thể cho thời kỳ thanh niên. Như chúng ta đã biết trong Chương 19, Piaget mô tả thời kỳ này phát triển suy nghĩ chính thức, trong khi Kohlberg nhận dạng đây là thời điểm lập luận đạo đức phát triển hay đang phát triển hướng đến giai đoạn sau cùng của đạo đức tự chủ. Tất cả những lý thuyết này đòi hỏi mỗi giai đoạn sẽ được thông qua để sự tiến bộ diễn ra trong giai đoạn sau và ngụ ý rằng không hoàn tất một giai đoạn thành công sẽ dẫn đến kết quả cố định hay thoái bộ. Tuy nhiên, các lý thuyết gia khác chọn quan điểm cho rằng sự phát triển không hẳn xảy ra theo chuỗi như lý thuyết giai đoạn hàm ý: mà đúng ra họ cho rằng có những thay đổi thuộc một số loại khác nhau diễn ra trong thời kỳ thanh niên, và trật tự chúng xuất hiện khác nhau từ người này sang người khác.

TIẾP CẬN TUỔI ĐỜI ĐỐI VỚI THỜI KỲ THANH NIÊN

Các lý thuyết giai đoạn thời kỳ thanh niên "sóng gió và căng thẳng" và vai trò xã hội tất cả thường mô tả thanh niên mang tính bị động – trải qua thời thanh niên nhưng không ảnh hưởng đáng kể đối với thời kỳ này. Tuy nhiên, một số lý thuyết gia xem con người trong việc hình thành kinh nghiệm tích cực hơn những mô hình này ngụ ý. Lerner (1985) đề cập cách thanh niên tương tác với môi trường, và khi làm thế ảnh hưởng đến sự phát triển của chính họ. Lerner nhận dạng 3 cách thanh niên thực hiện điều này, liệt kê trong Bảng 21.3.

Bảng 21.3 Thời thanh niên như sự tương tác với môi trường

1. *Như sự kích thích đối với người khác*	Thanh niên tạo ra những phản ứng hay hành vi khác nhau từ người khác.
2. *Như bộ xử lý thông tin*	Thanh niên tìm hiểu ý nghĩa hành vi ở người khác theo cách hiểu của riêng mình, vấn đề gì đang diễn ra và điều chỉnh hành động của riêng mình theo ý nghĩa mà họ rút ra từ kinh nghiệm.
3. *Như tác nhân trong đời sống của riêng mình*	Thanh niên hoạt động như tác động tích cực trong môi trường của riêng mình, chọn lựa, định dạng và chọn lọc điều gì có khả năng xảy ra cho mình.

Nguồn: phỏng theo Lerner, 1985

Tâm lý học phát triển tuổi đời quả quyết rằng để tìm hiểu con người, chúng ta cần tìm hiểu họ trong bối cảnh cá nhân và xã hội, và như những tác nhân trong đời sống của chính họ. Vì con người phức tạp, chúng ta cũng cần chấp nhận một khung nghiên cứu đa ngành, hơn là hoàn toàn tập trung vào một góc độ hay giải thích lý thuyết nào đó. Vì thế, chẳng hạn, nghiên cứu phát triển cơ thể ở thiếu nữ của Brooks-Gunn và Petersen (1983) bao gồm việc nghiên cứu của tác dụng ảnh hưởng gia đình, sự chọn nghề của chính các thiếu nữ và thậm chí ảnh hưởng của trường học, cũng như nghiên cứu vấn đề từ góc độ sinh học. Như thế, họ có khả năng phát hiện những yếu tố và ảnh hưởng mà những quan điểm thiển cận hơn hoàn toàn bỏ qua.

Thuyết tiêu điểm thanh niên của Coleman

Điều quan trọng cần nhớ là có rất nhiều khác biệt trong mong đợi ở thanh niên. Trong khi một số người bắt đầu hành nghề lúc 16 tuổi, thì những người khác học tiếp, đi làm lúc 23 hay thậm chí muộn hơn, nhất là những người học các nghề chuyên môn. Một số người nghĩ rằng thoát ly gia đình hầu như ngay khi mình học xong, những người khác nghĩ rằng vẫn còn sống với gia đình bố mẹ cho đến khi kết hôn. Một số người nghĩ rằng phải kết hôn sớm, trong khi những người khác vẫn sống độc thân cho đến gần 30 tuổi hay thậm chí muộn hơn. Đối với mỗi người trong các nhóm này, thời kỳ thanh niên trải qua đều khác nhau và thay đổi diễn ra ở mức độ khác nhau.

Coleman (1974) đề xuất **lý thuyết tiêu điểm** thanh niên. Lý thuyết này xem thời kỳ thanh niên bao gồm một dải rộng các công việc thuộc loại này hay loại khác. Cá nhân phải điều chỉnh phù hợp với thay đổi sinh học trong cơ thể, phát triển hình ảnh về cái tôi và đôi khi đối phó với sự lệch lạc ở sự trưởng thành ban đầu hay cuối, hay với việc đang có một thể hình không phải là lý tưởng. Thanh niên cũng phải phát triển để thỏa mãn mối quan hệ bạn đồng tuổi trong khi đồng thời duy trì và phát triển các mối quan hệ trong gia đình, đối phó với các yêu cầu ở trường và nghề nghiệp sau này, tìm hiểu yêu cầu mới đối với tính thân mật trong các mối quan hệ với người khác, v.v... danh sách vẫn còn dài.

Mỗi công việc này tượng trưng cho thử thách đối với cá nhân, yêu cầu cá nhân phải có những điều chỉnh mới. Không như lý thuyết gia giai đoạn, luôn xem những công việc này xảy ra theo chuỗi, Coleman cho rằng vấn đề, trở ngại và mơ hồ trong thời kỳ thanh niên lúc nào cũng có. Nhưng không phải lúc nào cũng quan trọng như nhau. Chẳng hạn, đối với một số thanh niên, vấn đề chọn nghề cụ thể bắt đầu ở tuổi 15, vì họ nghĩ năm sau mình sẽ ra trường. Đối với người khác, mong muốn học tiếp hay vào đại học, sự chọn lựa như thế trước mắt ít hơn nhiều – chọn lựa học vấn vẫn cho phép một biên độ rộng, chừa lại những chọn lựa cụ thể cho sau này.

Lý thuyết tiêu điểm cho rằng khi một cá nhân trải qua thời kỳ thanh niên thì sự chú ý của họ tập trung vào các khía cạnh thay đổi khác nhau trong những thời điểm khái niệm. Một khi tập hợp vấn đề được giải quyết, họ rút về nền tảng và các vấn đề khác lại nổi bật. Mặc dù thử thách ban đầu vẫn còn đó nhưng một vấn đề như thế thì không còn. Nói cách khác, diễn tiến qua thời kỳ thanh niên bao gồm việc tập trung vào một tập hợp thử thách trong một thời điểm bất kỳ, nhưng thay đổi tiêu điểm ấy tùy vào tình huống và những gì diễn ra trước đó.

Nghiên cứu của Coleman

Coleman và Hendry (1990) báo cáo một loạt nghiên cứu trong đó 800 bé trai và bé gái tham gia trắc nghiệm như nhau ở độ tuổi 11, 13, 15 và 17. Trắc nghiệm bao gồm câu hỏi về hình ảnh cái tôi, các loại mối quan hệ khác nhau, trong tình huống một mình và tập thể đông người. Coleman nhận thấy sự lo âu biểu hiện ở thanh niên thay đổi theo thời gian. Một số loại lo âu, chẳng hạn như sợ bị nhóm đồng tuổi từ bỏ, có vẻ đi đến đỉnh điểm khá sớm, trong khi số khác chẳng hạn như có mâu thuẫn với bố mẹ, đạt đỉnh điểm muộn hơn.

Coleman cho rằng mỗi vấn đề này đều có đường cong phân bố riêng: một số thanh niên đạt đường cong sớm hơn người khác, và một số muộn hơn. Mặc dù nếu tính chung trong nhiều năm của thời kỳ thanh niên, thì đường cong lại chồng chéo: không cần giải quyết một loạt lo âu trước khi chuyển sang loạt kế tiếp. Điều này có nghĩa hầu hết thanh niên không phải đối mặt với tất cả những điều chỉnh của mình cùng lúc, vì thế họ duy trì một số lĩnh vực trong đời sống của mình tương đối ổn định trong một thay đổi bất kỳ. Điều này tạo cho thanh niên cơ sở an toàn để giải quyết trắc nghiệm do những thử thách khác trong thời kỳ thanh niên đặt ra. Theo mô hình này, vấn đề có khả năng xảy ra nhiều nhất ở những thanh niên là họ đối mặt với nhiều vấn đề khác nhau phải giải quyết cùng lúc, vì thế không thể duy trì sự ổn định trong bất kỳ phần nào của đời sống.

Mô hình của Coleman trình bày quan điểm xem thanh niên như một tác nhân tích cực trong sự phát triển của riêng mình. Coleman lập luận, hầu hết thanh niên đều có khả năng kiểm soát sự chuyển tiếp thời kỳ thanh niên bằng cách mỗi lần giải quyết một tiêu điểm, theo những cách mà Lerner nhận dạng. Một thanh thiếu niên có thể chọn đối đầu với bố mẹ hay không, tìm kiếm mối quan hệ hay sự tán thành của một nhóm bạn đồng tuổi cụ thể, bênh vực một giáo viên có quyền hay phản đối sự thuyết phục của người khác. Bằng cách thực hiện những chọn lựa này, nhiều người tự tiến bộ thông qua sự chuyển tiếp thời kỳ thanh niên hơn là bị áp đảo bởi "sóng gió và căng thẳng" của tất cả những gì đang diễn ra trực tiếp.

TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Khi xét đến việc chúng ta sống trong tư cách người lớn được bao nhiêu năm, và so sánh với thời lượng nhỏ hơn nhiều khi chúng ta còn bé, điều đáng lưu ý là nghiên cứu về tuổi trưởng thành quá ít. Tuy nhiên, ở mức độ rộng, điều này có thể lần theo ảnh hưởng của hai trường phái tư tưởng thống trị trong những năm đầu của ngành tâm lý học phát triển.

Trường phái tư duy **địa phương vượt trội**, được một trong những nhà tâm lý học ban đầu minh họa, Arnold Gesell, cho rằng sự phát triển được quyết định về mặt di truyền, và điều này hoàn toàn là vấn đề khả năng di truyền và đặc điểm "được phát hiện" cùng với sự trưởng thành sinh học của cá thể. Đối với những nhà tâm lý học này, tuổi trưởng thành không lý thú và không quan trọng, vì họ cho rằng sự phát triển di truyền đã hoàn tất, vì thế cá nhân vẫn giữ nguyên không đổi trong suốt đời sống người lớn của mình.

Trường phái tư tưởng **phân tâm học** cũng cho rằng nhân cách chủ yếu được cố định ở tuổi trưởng thành- vì họ xem nhân cách do qui định ban đầu quyết định. Vì thế nói chung, họ không nghĩ rằng nhân cách sẽ thay đổi trong những khía cạnh quan trọng. Mặc dù nhiều nhà phân tâm học tiến hành nghiên cứu lâm sàng, vì thế chủ động tham gia hiện tượng thay đổi ở người lớn, một vài người trong số họ nhận thấy nhu cầu nghiên cứu lĩnh vực này.

Mặc dù trong những năm gần đây ngày càng có sự quan tâm đến tuổi trưởng thành cũng như những thay đổi phát triển của nó. Một phần điều này phát xuất từ sự công nhận rằng con người thay đổi trong giai đoạn này, một phần nhu cầu và tính phức tạp của đời sống hiện đại ngày càng tăng, với những cuộc hôn nhân lần thứ hai, những gia đình kép và thay đổi nghề nghiệp quan trọng, có nghĩa rằng chúng ta phải suy nghĩ lại, dĩ nhiên, sự phức tạp ngày càng tăng của nền văn hóa tiêu dùng đã khiến mọi người nghĩ đến các loại đời sống ở người lớn và những loại này thay đổi qua thời gian ra sao. Tất cả những ảnh hưởng này cũng như những ảnh hưởng chúng ta xét đến ở đầu chương này, đều góp phần vào sự phát triển tâm lý học tuổi trưởng thành.

CÁC GIAI ĐOẠN VÀ THỜI KỲ TRONG SỰ PHÁT TRIỂN NGƯỜI LỚN

Như chúng ta đã thấy trong đầu chương này, trong Bảng 21.1, trong số 8 mâu thuẫn tâm lý xã hội mà Erikson nhận dạng, đặc biệt có 2 nhu cầu cần phải giải quyết trong diễn tiến đời sống người lớn. Thứ nhất trong số này xảy ra ở đầu tuổi trưởng thành, liên quan đến mâu thuẫn giữa **thân mật** hay **cách ly.** Ở thời điểm này, theo Erikson, người mới lớn phát triển các mối quan hệ mật thiết với đối tác, và những mối quan hệ này bao gồm nỗ lực bất thành và thất vọng đau khổ. Thách thức phát triển là phải điều tiết những điều này, và vẫn còn khả năng phát triển các mối quan hệ tích cực, cởi mở hơn là phản ứng trước sự thất vọng bằng cách rút vào sự cô lập cách ly và đơn độc.

Theo Erikson mâu thuẫn thân mật – cách ly quan trọng nhất vào độ tuổi 20, và thường được giải quyết vào cuối tuổi trưởng thành. Vào thời điểm này, mâu thuẫn mới xuất hiện, mâu thuẫn giữa **khả năng hình thành** hay **sự trì trệ.** Những người trong đời sống trưởng thành muộn có thể tìm thấy mình trong công việc thường lệ, ít có tính đổi mới và kích thích trong lĩnh vực quen thuộc. Vào lúc này, họ hoàn toàn ổn định do trì trệ, nghĩ rằng đối với mình những phần đời thú vị đã qua. Nhưng nhiều người khác chọn quan điểm tích cực hơn, và tiếp tục phát triển sự quan tâm và kỹ năng của mình. Theo Erikson đây là cách giải quyết mâu thuẫn có lợi về mặt tâm lý nhiều hơn, và hình thành một nền tảng tích cực để giải quyết mâu thuẫn kế tiếp thành công, mâu thuẫn **sự kết hợp so với thất vọng** phát sinh khi con người đối mặt với tuổi già.

Tám "mùa" tuổi trưởng thành của Levinson

Levinson (1978) nhận dạng 8 "mùa" tuổi trưởng thành liệt kê trong Bảng 21.4. Levinson thích dùng từ "mùa" hơn là "giai đoạn" vì khái niệm "giai đoạn" cũng bao hàm ẩn ý sự việc đang liên tục cải thiện. Lý thuyết giai đoạn phát triển có phần nào ngụ ý rằng những giai đoạn ban đầu theo cách nào đó thấp hơn các giai đoạn sau này. Levinson cho rằng đây không phải là vấn đề "kém hơn" hay "tốt hơn", mà hoàn toàn là vấn đề tự nhiên về điều gì đang diễn ra khác nhau ở các độ tuổi khác nhau.

Nhiều chỉ trích mô hình của Levinson, cho rằng mô hình này mang thành kiến của giai cấp trung lưu, ở chỗ cho rằng hôn nhân diễn ra muộn hơn trong đời sống trưởng thành, chứ không phải vào khoảng cuối những năm 19 và đầu 20. Mặc dù một số người, chứ không phải mọi người có những năm 20 tìm hiểu biện pháp thay thế, và nhiều người chọn nghề, tham gia đời sống gia đình đầy đủ sớm hơn mô hình của Levinson đưa ra rất nhiều.

Vấn đề quan trọng khác trong mô hình của Levinson là chỉ tập trung vào nam giới, vì thế không giải quyết kinh nghiệm của một nửa dân số người lớn. Có những vấn đề khác nhau phát sinh đối với phụ nữ ở độ tuổi khác nhau. Chẳng hạn, Notman (1980) cho rằng một trong những vấn đề chính đối với phụ nữ cần giải quyết khi họ ở tuổi 30 là vấn đề mâu thuẫn giữa nghề nghiệp và làm mẹ. Đối với phụ nữ xem trọng nghề nghiệp cũng muốn có con, việc chọn thời điểm mang tính quyết định. Khi đến gần độ tuổi 30,

Bảng 21.4 Các mùa tuổi trưởng thành

1. *Chuyển tiếp trưởng thành ban đầu* (17-22)
   Thời thanh niên bỏ lại phía sau, tiến hành những chọn lựa đầu tiên về đời sống người lớn.
2. *Bước vào thế giới người lớn* (22-28)
   Người mới lớn có chọn lựa ban đầu về công việc, tình bạn, giá trị cá nhân và cách sống cũng như mối quan hệ.
3. *Chuyển tiếp ở người mới lớn* (28-33)
   Người lớn lúc này hình thành mẫu đời sống người lớn của mình, trên cơ sở hiểu biết về bản thân mình, các mối quan hệ với người khác và xã hội đầy đủ hơn. Một số chọn lựa ban đầu được xem lại và thay đổi.
4. *Ổn định* (33-40)
   Cấu trúc đời sống ổn định lúc này được hình thành, cá nhân có lựa chọn chỗ đứng của mình trong xã hội và các mối quan hệ ổn định trong gia đình.
5. *Chuyển tiếp trung niên* (40-45)
   "Khủng hoảng trung niên" có thể xảy ra, là nguyên nhân suy nghĩ lại mục tiêu và giá trị chung. Cá nhân đánh giá lại đời sống của mình và cách thỏa thuận hài hòa với tài năng và khát vọng của mình. Đối với hầu hết mọi người, đây là thời kỳ củng cố.
6. *Bước vào giữa tuổi trưởng thành* (45-50)
   Cá nhân cần ràng buộc mình với những công việc mới và tạo ra một cấu trúc đời sống mới, chẳng hạn con cái lúc này đã lớn, sống riêng, hay sự thăng tiến hơn nữa trong nghề nghiệp đã chọn không chắc có khả năng xảy ra.
7. *Chuyển tiếp* (50-55)
   Cá nhân lúc này đặt nhiều nghi vấn hơn về cách sắp xếp đời sống của mình, và những người không có khủng hoảng trước đây trong đời sống trưởng thành thì nay lại gặp
8. *Cao điểm của giữa tuổi trưởng thành* (55-60)
   Ở tuổi này, con người bắt đầu hình thành một cấu trúc đời sống mới cho chính mình. Đây thường là thời điểm có nhiều thực hiện và thỏa mãn, mặc dù dĩ nhiên một số có quan điểm tiêu cực hơn.

Nguồn: Phỏng theo Levinson, 1978

những phụ nữ như thế nhận thức rõ rằng mình phải ra quyết định sớm. Điều này đặt áp lực đáng kể đối với họ phải đạt một mức độ thành công hợp lý trong nghề nghiệp mình đã chọn sớm hơn để sự vắng mặt cần thiết của mình sẽ không làm giảm nhiều giá trị trong cả đường đời của họ.

Đối với phụ nữ có con sớm, sự khác nhau thậm chí còn nhiều hơn. Theo Levinson mô tả thời kỳ giữa độ tuổi 33 và 40 là thời kỳ "ổn định" thì nhiều phụ nữ nhận thấy thời kỳ này cũng là lúc cuộc sống của họ phát triển và tạo ra nhiều cơ hội mới. Nhu cầu trước mắt của con nhỏ mới biết đi lúc này không còn nữa, và nhiều phụ nữ trở lại với công việc hay học tiếp. Lần đầu tiên họ bắt đầu tìm cách phát triển nghề nghiệp thường là giáo viên, nhân viên công tác xã hội hay trong những nghề khác nơi mà sự chín chắn, và kinh nghiệm giữa cá nhân với nhau được xem trọng. Ngoài ra, có tương đối ít dữ liệu về sự chuyển tiếp đời sống của những phụ nữ có sự chọn lựa như thế, mặc dù có vẻ chắc chắn rằng tác động ngày càng tăng của tâm lý học ủng hộ phụ nữ dẫn đến kết quả nghiên cứu như thế trong tương lai gần sẽ có ý nghĩa quan trọng hơn.

Mô hình thay đổi nhận thức của Gould

Gould (1978) đề xuất một mô hình khác đối với những gì đang diễn ra trong tuổi trưởng thành, cho rằng, từ độ tuổi 16 đến 45, con người trải qua một loạt **thay đổi** theo cách nhận xét về bản thân và những thay đổi này liên kết mật thiết với cái họ trải qua tuổi trưởng thành. Thay đổi được liệt kê trong Bảng 21.5.

Bảng 21.5 Chuyển tiếp trong tuổi trưởng thành

Tuổi 16-22: Công việc chính của cá nhân là rời bỏ thế giới của bố mẹ, điều chỉnh thích hợp với trách nhiệm mà sự thay đổi ấy hàm ý. Tâm điểm của công việc này là sự thay đổi từ tình trạng lệ thuộc, với ẩn ý rằng một người luôn dựa trên nền tảng đó, sao cho chúng ta được bảo vệ tránh hậu quả của việc mình chọn lựa như hầu hết diễn ra trong thời thanh niên, sang việc thừa nhận rằng sự độc lập cũng bao gồm phải có trách nhiệm đối với chính mình.

Tuổi 22-28: Cá nhân phát triển năng lực của người lớn, học cách phát triển tính tự chủ của riêng mình hơn là tuân thủ nguyên tắc hay quy ước học được ở nhà một cách mù quáng. "Hiện nay tôi không còn bé nữa".

Tuổi 28-34: Người lớn hiểu về mình tốt hơn, hòa hợp với các khía cạnh đặc tính của mình mà trước đây không xem trọng.

Tuổi 35-45: Chuyển tiếp tâm lý quan trọng bao gồm việc chấp nhận ý thức đạo đức của riêng mình: nhận thức rằng đời sống sẽ không tiếp diễn mãi mãi là sự kết thúc hoạt động nghề nghiệp của một người trong tầm mắt.

Nguồn: Phỏng theo Gould, 1978

Trong bảng, mô hình của Gould nhấn mạnh nhiều hơn về cái tôi như tác nhân, chủ động trong việc quyết định kinh nghiệm của riêng mình hơn là đơn thuần mô tả cá nhân trải qua một loạt các giai đoạn hay mùa trong cuộc sống. Gould đề cập những thay đổi trong nhận thức hơn là những thay đổi ở tác nhân bên ngoài và trong các tình huống cụ thể của cá nhân, vì thế nhấn mạnh tầm quan trọng của sự tự định nghĩa cái tôi của chính mình về cách tương tác với thế giới ra sao.

Mô hình của Gould cũng bị chỉ trích, cũng như một lý thuyết bất kỳ cố gắng ấn định thời hạn khi nào những sự kiện hay chuyển tiếp đặc biệt trong đời sống có khả năng xảy ra. Nhiều chỉ trích nhắm vào Levinson cũng có thể áp dụng cho Gould, nhất là liên quan đến các giai đoạn sau này. Chẳng hạn, việc khám phá những khía cạnh cái tôi bên trong là vấn đề có thể tiếp tục trong suốt đời, và thường như thế.

Khủng hoảng trung niên

Sheehy (1976) cho rằng người lớn trải qua **khủng hoảng trung niên** ở độ tuổi 40 hay 50. Giai đoạn này theo Sheehy và các triết gia khác, tạo ra một lượng lo âu và không an toàn nhất định, khi cá nhân phải hòa hợp với thực tế mình càng lúc càng già hơn và đánh giá tiến bộ trong cuộc sống. Vào lúc này, cá nhân có thể tạo ra những thay đổi kịch tính trong đời sống: có thể bước vào một lĩnh vực công việc hoàn toàn khác hay đánh giá lại các mối quan hệ cá nhân với bạn bè và gia đình. Mann (1980) mô tả khủng hoảng như sự bao gồm cá nhân đang đối mặt với sự sợ hãi, nghĩ rằng đối với mình đã quá muộn đến mức không thể đạt được một số mục tiêu trong đời, và phải hòa hợp với thực tế cuộc sống trái với lý tưởng và tham vọng khi còn là thanh niên.

Sheehy xem khủng hoảng trung niên như một chuyển tiếp quan trọng, trong đó cá nhân tạo ra sự điều chỉnh tích cực trước quá trình ngày càng già hơn. Tuy nhiên, các tác gia khác phủ nhận quan điểm cho rằng khủng hoảng trung niên là không thể tránh. Mặc dù một số người chắc chắn thay đổi định hướng trong độ tuổi trung niên, số khác trải qua tuổi trưởng thành êm ả hơn, nói chung không đối mặt với khủng hoảng. Brim (1976) cho rằng khủng hoảng trung niên thực ra không phổ biến như nhiều nhà nghiên cứu thường nghĩ, chỉ áp dụng cho một bộ phận dân số khá nhỏ.

Tuy nhiên, có một số ý kiến cho rằng tuổi trung niên tạo ra nhiều **sự tái đánh giá**, cho dù con người thường tái đánh giá đời sống của mình không phải trải qua loại biến động xúc cảm mang đặc điểm khủng hoảng trung niên. Nghiên cứu theo chiều dọc số nam sinh viên tốt nghiệp đại học Harvard bắt đầu trong thập niên 1930 (Vaillant, 1977) cho thấy ở độ tuổi 50 họ phải đánh giá ý nghĩa quan trọng của gia đình và công việc nhiều hơn quyền lực và uy tín mà họ xem trọng vào lúc đầu trong sự nghiệp người lớn của mình.

Brim (1976) đề cập có nhiều người theo đuổi sự nghiệp cảm thấy phải đè nén những khía cạnh nuôi dưỡng nhiều hơn trong nhân tính của mình nhưng cảm thấy có khả năng diễn đạt những điều này nhiều hơn sau độ tuổi khoảng 50, khi tranh luận nghề nghiệp chính kết thúc. Tương tự, nhiều phụ nữ về sau này thể hiện những khía cạnh quyết đoán và định hướng thành tựu trong nhân cách của mình nhiều hơn. Điều này không có nghĩa tính tình ban đầu của họ đã thay đổi: đơn thuần họ cảm thấy có khả năng thể hiện bản thân mình đầy đủ hơn, và ít có nhu cầu phải đè nén những khía cạnh nhân cách không theo suy nghĩ rập khuôn hơn.

Chúng ta có thể nhận thấy lý thuyết giai đoạn tuổi trưởng thành và những lý thuyết ấy cố gắng nhận dạng các chuỗi diễn tiến ở người lớn qua độ tuổi trung niên đã vấp phải một số khó khăn, chủ yếu liên quan đến sự khó phát biểu quy phạm về con người phải như thế nào: cũng như đối với nghiên cứu vai trò giới tính, các nhà nghiên cứu thường bỏ qua tính đa dạng trong cách sống và khả năng có thể đang tồn tại trong xã hội hiện đại. Nhưng tiếp cận kiểu giai đoạn chung có thể bổ ích trong việc làm nổi bật một số đặc điểm phát triển quan trọng và trong việc định hướng chú ý đối với các khía cạnh thuộc kinh nghiệm người lớn thường bị bỏ qua.

Hôn nhân và đời sống gia đình

Một loại nghiên cứu khác về sự phát triển tuổi đời tập trung vào kinh nghiệm điển hình hình thành một phần trong tuổi trưởng thành đối với nhiều người, chẳng hạn như khái niệm khủng hoảng trung niên chúng ta vừa xét. Nó cũng bao gồm nghiên cứu về hôn nhân và đời sống gia đình, sự kiện trong đời sống và mất đi người thân, chúng ta sẽ khảo sát sau này.

Hầu hết nghiên cứu về hôn nhân được tiến hành bằng cách phỏng vấn các đôi vợ chồng đã kết hôn, với nhiều khoảng thời gian chung sống khác nhau, để tìm hiểu kinh nghiệm của họ. Swenson, Eskew và Kolheff (1981) nhận thấy, trong diễn tiến hôn nhân, các loại tương tác mà đối tác trải qua thường thay đổi qua thời gian. Trong một vài năm đầu, các đôi vợ chồng kể lại họ nói chuyện với nhau nhiều, dành nhiều thời gian bên nhau, 2 người cùng tham gia hoạt động giải trí, thảo luận, bàn bạc. Nhưng khi yêu cầu nuôi con ngày càng căng thẳng hơn, vợ chồng ít dành thời gian cho nhau, mối quan hệ kém mặn mà hơn. Tuy nhiên trong một số trường hợp, các đôi vợ chồng báo cáo rằng họ thân thiết với nhau trở lại khi con ra riêng.

Không phải đôi vợ chồng nào cũng quyết định có con, dĩ nhiên, và thật thú vị khi tìm hiểu những cuộc hôn nhân ấy phát triển qua thời gian ra sao. Trong Chương 14, chúng ta đã khảo sát các lý thuyết tình yêu khác nhau. Hatfield và Walster (1978) cho rằng tình yêu trong hôn nhân có thể chia thành 2 loại: **tình yêu nồng nàn,** là loại tình yêu mà nhiều đôi vợ chồng cảm nhận khi họ kết hôn lần đầu, và **tình yêu thỏa thuận** phát triển chậm hơn. Có thể các đôi vợ chồng không con có nhiều cơ hội phát triển mối quan hệ thân mật, có thỏa thuận qua thời gian hơn, khi họ có thể cùng chung hoạt động và quan tâm ở người lớn nhiều hơn các đôi vợ chồng nuôi con.

Hôn nhân có thể phát triển theo nhiều cách khác nhau. Cuber và Harroff (1965) nhận dạng 5 loại hôn nhân cơ bản, liệt kê trong Bảng 21.6. Trong nghiên cứu của mình, Cuber và Harroff nhận thấy khoảng 80% các cuộc hôn nhân mà họ nghiên cứu đều rơi vào 3 phân loại đầu. Tuy nhiên, cũng đáng lưu ý nghiên cứu diễn ra khi nào và xảy ra trong bối cảnh xã hội nào. Thập niên 1960 là thời điểm quy ước cứng nhắc của những năm hậu chiến đã bị từ bỏ. Do đó, nhiều nhà nghiên cứu tán thành quan điểm mối quan hệ hoàn toàn lý tưởng hóa. Ngày nay, có thể do nhiều khám phá về cách sống diễn ra trong thập niên 1970 và 1980, chúng ta nhận thấy vấn đề kém thực tế hơn.

Chẳng hạn, nhiều nhà tâm lý học hiện đại cho rằng loại hôn nhân được mô tả là "tuyệt đối" trong khi một khái niệm hấp dẫn thực tế là giả tạo về tâm lý và không có lợi cho bạn đời. Ngày nay các nhà tâm lý học thường nhấn mạnh tầm quan trọng của những người duy trì được nhận dạng riêng của mình hơn là để bản thân hoàn toàn bị nhấn chìm trong mối quan hệ với người khác. Giữ sự độc lập thường liên quan đến việc duy trì một lượng riêng tư tâm lý nào đó. Ngày nay các nhà tâm lý học và người khác thường xem trọng tình yêu thỏa thuận hơn, vì thế nhiều người xem hôn nhân thuộc loại 3 là hôn nhân tích cực trong khi Cuber và Harroff xem đây là hôn nhân cần nên tránh nếu có thể.

Bảng 21.6 Các loại hôn nhân

1. *Mâu thuẫn thành quen:* Trong loại hôn nhân này, vợ chồng tranh cãi và ẩu đả với nhau như một thông lệ trong mối quan hệ của họ. Vợ chồng trong những cuộc hôn nhân như thế thường hiểu biết nhau về mối quan hệ của mình – cho dù họ cảm thấy mối quan hệ căng thẳng nhưng không nghĩ đến chuyện ly dị.
2. *Mất sinh khí:* Mặc dù vợ chồng vẫn còn yêu mến nhau và quả quyết rằng mình đang yêu, phần lớn tương tác của họ đều bình thường, cùng chung một vài hoạt động và quan tâm.
3. *Bị động/ tương đắc:* Những vợ chồng này cho rằng hôn nhân thoải mái và dễ chịu. Họ hài lòng lẫn nhau và sẵn sàng thích nghi với quan tâm của người khác.
4. *Sống còn:* Trong loại hôn nhân này, cả hai đều tham gia và ràng buộc với những hoạt động trong gia đình. Họ cùng nhau gánh vác trách nhiệm làm bố mẹ, chia sẻ hoạt động kinh tế và giải trí.
5. *Tuyệt đối:* Vợ chồng trong loại hôn nhân này hoàn toàn ràng buộc với nhau, cùng chia sẻ đời sống tình cảm, khả năng tưởng tượng, quan tâm công việc và tin cậy lẫn nhau cũng như hoạt động gia đình.

Nguồn: Cuber và Harroff, 1965

Argyle (1990) báo cáo một nghiên cứu kinh nghiệm hôn nhân bằng bảng câu hỏi, từ đó nổi bật nhiều chứng cứ. Một trong số này là người đã kết hôn có vẻ có hành vi có lợi cho sức khỏe nhiều hơn những người có học vấn và độ tuổi tương đương nhưng vẫn còn độc thân. Họ uống rượu ít hơn – và nhất là ít say hơn – họ hút thuốc ít hơn, nghe lời bác sĩ nhiều hơn. Người đã kết hôn cũng ít có khả năng phải vào bệnh viện tâm thần.

Argyle cũng nhận thấy có một số chứng cứ hệ miễn dịch có vẻ được kích hoạt nhiều hơn ở những người sống trong các tình huống gia đình gắn bó, mặc dù giải thích về điều này vẫn chưa chắc chắn. Argyle cho rằng có thể là một phần trong hệ thống sinh học phát triển trong gia đình để hỗ trợ sự sống còn, là một giải thích có thể. Cũng có thể đây là kết quả trực tiếp của ảnh hưởng xã hội và cảm xúc khi sống trong gia đình: nếu đời sống gia đình luôn chăm sóc lẫn nhau thì điều này là kết quả của sự ổn định cảm xúc và khỏe mạnh cơ thể, do đó, hoạt động của hệ miễn dịch được gia tăng có thể là kết quả sinh lý từ việc cá nhân nằm trong một dải rộng ảnh hưởng lan truyền tiềm năng. Nhiều nghiên cứu về cách con người phản ứng khi sống trong các nhóm không phải gia đình gắn bó cũng hữu ích.

Vòng đời gia đình

Đối với nhiều người (mặc dù không phải là tất cả), bước vào hôn nhân cũng là bước đầu hướng đến việc lập ra một gia đình mới của riêng mình. Nhiều đôi vợ chồng muốn có con, sau một vài năm kết hôn, cảm thấy bị áp lực đáng kể từ người thân trong chiều hướng ấy. Công việc nuôi con đặt trách nhiệm đặc biệt đối với 2 vợ chồng, và chắc chắn ảnh hưởng đến sự phát triển của hôn nhân.

Duvall (1971) cho rằng gia đình trải qua 8 giai đoạn khác nhau trong diễn tiến tồn tại (xem Bảng 21.7). Một số gia đình trong giai đoạn này nhiều hơn giai đoạn khác nhưng giai đoạn của một gia đình nói chung được quyết định bằng độ tuổi của con cả. Theo mô hình này, mỗi thời kỳ có những yêu cầu khác nhau đối với thành viên gia đình. Đối với nhiều người, giai đoạn đầu là thời điểm họ xem là hạnh phúc nhất – có lẽ vì thay đổi khá kịch tính diễn ra khi sinh con đầu lòng.

Galinsky (1981) đề cập yêu cầu chăm sóc trẻ thường khiến cho hai vợ chồng cảm thấy mệt mỏi, kiệt sức cho dù cả hai tham gia trách nhiệm gia đình. Phần lớn những người được Galinsky phỏng vấn cho rằng họ đã đánh giá quá thấp nỗ lực trong việc chăm sóc bé cho dù họ nhận thấy bé mang lại niềm vui. Giai đoạn thứ hai trong vòng đời gia đình thường được xem là giai đoạn gian khổ mặc dù cũng có nhiều phần thưởng.

Bảng 21.7 Các giai đoạn hôn nhân

1. *Thời kỳ trăng mật*	Vợ chồng mới cưới chưa có con.
2. *Thời kỳ nuôi nấng*	Gia đình có con nhỏ (con lớn nhất từ không đến hai tuổi).
3. *Thời kỳ uy quyền*	Gia đình có con trước tuổi đi học (con lớn nhất từ 2 đến 5 tuổi).
4. *Thời kỳ biểu cảm*	Gia đình có con độ tuổi đi học (con lớn nhất từ 5 đến 13 tuổi).
5. *Thời kỳ tìm hiểu*	Gia đình có con độ tuổi thanh thiếu niên
6. *Thời kỳ ra riêng*	Gia đình có con trưởng thành ra riêng (con cả cho đến con út ra riêng).
7. *Thời kỳ trống ổ*	Bố mẹ tuổi trung niên, không con ở nhà.
8. *Thời kỳ về hưu*	Thành viên có tuổi trong gia đình nghỉ hưu.

Nguồn: Phỏng theo Duvall, 1971

Trong giai đoạn thứ ba của vòng đời gia đình, tiêu điểm trong gia đình trở thành vấn đề **người có uy quyền.** Bất kỳ ai có con từ 2 đến 5 tuổi đều biết đôi khi những đứa trẻ này tự ý ra sao. Vấn đề nên quản lý trẻ như thế nào của cả hai vợ chồng vào thời điểm này trở nên quan trọng. Ngoài ra, vợ chồng lớn tuổi hình thành các mẫu trong việc chia sẻ trách nhiệm, làm tăng các vấn đề người có uy quyền trong mối quan hệ đối tác giữa hai người cần được giải quyết.

Khi đứa con đầu tiên đi học, vai trò bố mẹ thay đổi, ngày càng chú ý đến việc **tìm hiểu, mở rộng và phân xử** kinh nghiệm của trẻ. Thông thường, trong giai đoạn này, các bậc phụ huynh kể lại rằng họ bắt đầu trở nên ít nhiều thực tế hơn về bổn phận làm bố mẹ và đời sống gia đình – chỉ vì họ nhận thấy mỗi giai đoạn không phải kéo dài mãi. Giai đoạn thứ 5, khi con cả trở thành thanh niên, các vấn đề khác lại phát sinh, và thường liên minh lại đáng kể trong gia đình. Bengtson và Troll (1978) nhận thấy nhiều vợ chồng trong giai đoạn này cho rằng mình gắn bó với nhau hơn có lẽ để đáp lại yêu cầu làm bố mẹ mới phát sinh do con đến tuổi thanh niên.

Giai đoạn thứ 6, trong đó con cái ra riêng, tự mình xây dựng cuộc sống riêng, đối với bố mẹ có thể dễ chịu hay căng thẳng. Datan (1980) nhận thấy hầu hết căng thẳng có vẻ xảy ra khi trẻ ra riêng không đúng lúc, vẫn còn ở nhà bố mẹ trong thời gian quá lâu, thông thường được người khác nghĩ là nên ra riêng. Một khi trẻ đã ra riêng, nhiều bậc phụ huynh báo cáo giai đoạn thứ 7 – **giai đoạn trống ổ** – là giai đoạn thỏa mãn nhất trong toàn bộ cuộc hôn nhân. Ở giai đoạn này, các đôi vợ chồng thường nhận thấy mình có cùng quan tâm mới và thích thú kết bạn cùng nhau theo cách trước đây họ không thể. Đối với nhiều người, sự hưởng thụ và hài hòa giữa cá nhân với nhau này cũng kéo dài trong suốt thời kỳ nghỉ hưu. Argyle (1990) nhận thấy thời kỳ này thường là khoảng thời gian hạnh phúc nhất trong hôn nhân, nhất là đôi vợ chồng vẫn còn liên lạc với con cái ra riêng.

Mặc dù độ tuổi có con của các đôi vợ chồng khác nhau, Duvall cho rằng hầu hết các gia đình thường trải qua những giai đoạn này. Mô hình quy phạm là đôi vợ chồng ở đầu tuổi trưởng thành trong các giai đoạn 1-3, và đứa con út đi học khi người mẹ khoảng 35. Mô hình của Duvall hữu dụng trong việc nhận dạng nhiều thời kỳ khác nhau liên quan đến việc làm bố mẹ mặc dù cũng đáng lưu ý rằng hầu hết mọi người trong 3 giai đoạn đầu phải mất khoảng 12 năm trong khi các giai đoạn khác số năm còn nhiều hơn nữa.

Chỉ trích mô hình vòng đời gia đình

Mô hình vòng đời gia đình bị chỉ trích vì nhiều lý do. Một trong số này là phạm vi hạn chế – như có thể thấy, mô hình thực ra chỉ mô tả các gia đình truyền thống, không tính đến số người ly hôn, tái hôn, trở thành góa phụ hay có gia đình thứ hai. Một số đông đáng kể nuôi con không phải của mình và nhiều người một số năm trong tư cách gà trống nuôi con. Mô hình của Duvall thực ra không xoay quanh những tình huống thường gặp này.

Mô hình của Duvall cũng bị chỉ trích vì không xét đến sự chồng chéo giữa các gia đình. Bằng cách cho rằng gia đình "bắt đầu" trong vài ngày đầu tiên của cuộc hôn nhân, nhưng ít chú ý đến ảnh hưởng của các gia đình lớn tuổi hơn của hai bên vợ, chồng, mặc dù, trong đời thực thường có sự liên quan đáng kể với bố mẹ (gia đình của họ ở trong giai đoạn 7 hay 8), nhất là trong 3 giai đoạn đầu. Mô hình của Duvall ẩn ý rằng gia đình có thể xem như cách ly và tự quản, nhưng ảnh hưởng giữa các thế hệ với nhau rất quan trọng cho dù gia đình ở gần hay xa.

Tuy nhiên, bất chấp chỉ trích, mô hình vẫn có một số giá trị khi cung cấp cấu trúc cho cách chúng ta nghiên cứu gia đình và trong việc làm nổi bật những lĩnh vực cần được nghiên cứu sâu hơn. Nhất là, sự nhấn mạnh của mô hình cho rằng đơn vị gia đình không phải là một thực thể tĩnh, mà luôn thay đổi để đáp ứng những nhiệm vụ khác nhau mà con người đang đối mặt, là một mô hình hữu ích trong việc nghiên cứu sự phát triển của con người qua tuổi đời.

SỰ KIỆN CĂNG THẲNG TRONG ĐỜI SỐNG

Như chúng ta đã biết trong Chương 13, kinh nghiệm căng thẳng có ảnh hưởng nghiêm trọng đối với sức khỏe cơ thể. Trong diễn tiến đời người, con người gặp phải rất nhiều sự kiện căng thẳng, chẳng hạn như bố mẹ mất, dọn nhà, đối phó với

Bảng 21.8 Thang độ sự kiện gây căng thẳng trong đời sống của Holms và Rahe

Cái chết của bạn đời	100	Nghỉ hưu	45
Thay đổi trách nhiệm công việc	29	Dọn nhà	20
Ly hôn	73	Sức khỏe thành viên gia đình thay đổi	44
Con trai hay gái ra riêng	29	Đổi trường	20
Ly thân	65	Có thai	40
Rắc rối với bố mẹ chồng (vợ)	29	Thay đổi tiêu khiển	19
Ở tù	63	Khó khăn tình dục	39
Thành tựu cá nhân xuất sắc	28	Thay đổi hoạt động xã hội	18
Bố mẹ hay thành viên thân trong gia đình mất	63	Có thành viên mới trong gia đình	39
		Thay đổi thói quen ngủ	16
Vợ (chồng) có việc hay mất việc	26	Tái điều chỉnh công việc	39
Thương tổn hay bệnh tật	53	Thay đổi thói quen ẩm thực	15
Mới học hay học xong trung học/đại học	26	Thay đổi tình trạng tài chánh	38
Hôn nhân	50	Nghỉ hè	13
Thay đổi điều kiện sống	25	Bạn thân mất	37
Bị đuổi việc	47	Giáng sinh	12
Thay đổi thói quen cá nhân	24	Chuyển sang loại công việc khác	36
Hòa giải hôn nhân	45	Phạm luật (nhẹ)	11
Rắc rối với chủ ở chỗ làm	23	Tịch biên đồ cầm cố	30

Nguồn: Phỏng theo Holmes và Rahe, 1967

trọng bệnh, ở chính mình hay ở người khác, v.v... Năm 1967, Holmes và Rahe cho rằng những sự kiện trong đời sống như thế có thể có hậu quả vô cùng nghiêm trọng đối với sức khỏe của con người.

Holmes và Rahe nghiên cứu nhiều bệnh án và tiến hành nhiều phỏng vấn. Kết quả, họ phát triển một thang độ sự kiện căng thẳng trong đời sống, trong đó những loại sự kiện khác nhau được chỉ định các giá trị khác nhau (xem Bảng 21.8). Thang độ thay đổi từ 0 đến 100, giá trị 50 tùy ý chỉ định cho hôn nhân, như một sự thay đổi quan trọng trong đời sống bao gồm căng thẳng và điều chỉnh.

Holmes và Rahe cho rằng nhiều điểm một cá nhân thu thập trong một năm cụ thể theo thang độ này có thể tương quan với sức khỏe của họ trong năm sau. Chẳng hạn, những người có số điểm từ 200 đến 300 trong năm theo thống kê rất có khả năng bị trọng bệnh vào năm sau. Những người có điểm hơn 100 theo thống kê rất có khả năng mắc trọng bệnh, mức độ vừa phải. Holmes và Rahe quy điều này là do lượng dự trữ của cơ thể bị cạn kiệt do sự căng thẳng của những sự kiện này và phản ứng của cá nhân đối với chúng.

Mặc dù điều quan trọng nên nhớ rằng mối tương quan giữa hai cách đánh giá không có nghĩa là có mối quan hệ nhân quả giữa chúng. Dohrenwend và Dohrenwend (1974) khẳng định rằng 29 trong số các hạng mục nằm trên thang độ sự kiện căng thẳng trong đời sống có thể liên kết với một căn bệnh đang tiến triển theo một số cách khác. Một số vấn đề như rắc rối với bố mẹ vợ (chồng) hay thay đổi thói quen cá nhân có thể do thay đổi sức khỏe tạo ra, vì thế hai cách đánh giá – sức khỏe cơ thể và sự kiện gây căng thẳng trong đời sống – không thể hoàn toàn độc lập với nhau. Vì thế, chúng ta nên thận trọng khi rút ra kết luận tự động cho rằng căng thẳng sinh bệnh, cho dù chúng ta biết rằng giữa hai yếu tố có sự liên kết.

Ngoài ra, sự tương quan mà Holmes và Rahe nhận thấy, mặc dù quan trọng, vẫn là những tương quan nhỏ, có nghĩa vẫn chưa tính đến nhiều biến dạng khác. Một số người trải qua rất nhiều căng thẳng nhưng không ngả bệnh, có vẻ họ là những người có **cơ chế thích ứng** tâm lý tốt, và/hoặc những người tập thể dục (chúng ta nghiên cứu lý do tại sao điều này tạo ra sự khác biệt trong Chương 13) vì thế cho dù chứng cứ của Holmes và Rahe quan trọng về mặt thống kê nhưng hoàn toàn có một dải rộng những khác biệt cá nhân theo nghĩa một cá nhân bất kỳ có khả năng bị thương tổn cơ thể do kết quả của một năm đặc biệt căng thẳng ra sao.

Khỏe mạnh chủ quan

Nghiên cứu sự kiện căng thẳng trong đời sống dẫn đến nghiên cứu cảm giác khỏe mạnh chủ quan ở người lớn, và nhất là điều này bao gồm sự so sánh với người khác ra sao cũng như với quá khứ trước đây của cá nhân ấy. Strack, Schwartz và Gschneidinger (1985) nghiên cứu điều gì ảnh hưởng đến suy nghĩ về các sự kiện trong đời sống dựa trên đánh giá khỏe mạnh chủ quan. Họ nhận thấy suy nghĩ về các sự kiện quá khứ tích cực thường dẫn đến việc đánh giá sức khỏe chung thấp hơn suy nghĩ về sự kiện quá khứ tiêu cực. Có vẻ tạo ra sự đối lập suy nghĩ giữa "cái tôi lúc đó" và "cái tôi lúc này", trong đó bức tranh hiện tại không bằng bức tranh trước đây. Những người có thể hồi tưởng quá khứ và nghĩ đời sống của mình cải thiện ra sao thường có mức khỏe mạnh chủ quan cao hơn nhiều.

Thật lý thú, liệu con người có tự đánh giá mình là hạnh phúc hay không có vẻ như ít có quan hệ với tình huống khách quan của họ. Nhưng điều này lệ thuộc vào việc chúng ta so sánh mình với ai. Strack *và người khác* (1990) yêu cầu người tham gia báo cáo sự khỏe mạnh chủ quan của riêng mình trong một tình huống so sánh với cá nhân khác. Họ nhận thấy sự có mặt của một người nào đó tệ hơn, sẽ khiến cá nhân đánh giá hạnh phúc của riêng mình tích cực hơn. Tác động này được mở rộng khi chú ý của người tham gia nghiên cứu cố ý hướng về cá nhân so sánh chẳng hạn như bằng cách chắc chắn rằng họ đang ngồi kế người khác.

Strack *và người khác* kết luận rằng đánh giá sự khỏe mạnh chủ quan thường là chức năng của ảnh hưởng nhất thời. Chúng ta so sánh với ai, ở trong tình huống nào, hồi tưởng quá khứ ra sao, tâm trạng lúc đánh giá, và bối cảnh xã hội khi báo cáo, tất cả đều ảnh hưởng cách đánh giá mình nói chung là hạnh phúc hay không. Đây là lý do giải thích tại sao Strack *và người khác* cho rằng mối quan hệ giữa điều kiện khách quan của đời sống cá nhân và báo cáo khỏe mạnh chủ quan của cá nhân ấy đặc biệt không chắc chắn.

MẤT ĐI NGƯỜI THÂN

Ở cực khác trong thang độ cảm xúc, một trong những thay đổi khó khăn nhất trong đời sống mà chúng ta đối mặt là **sự mất đi người thân** – một người gần gũi với chúng ta qua đời. Trong đời trung niên, nhiều người trải qua sự mất đi người thân nghiêm trọng, đôi khi mất một hay cả hai bố mẹ. Người khác mất vợ (chồng) hay đôi khi mất con, do tai nạn hay bệnh tật. Tác động của y học hiện đại và cách sống vệ sinh hơn cũng có nghĩa cái chết là một sự kiện đặc biệt hơn nhiều trong hầu hết các gia đình so với trước đây: con người sống thọ hơn, ít có khả năng chết trong thời thơ ấu hay chết bệnh ở đầu tuổi trưởng thành.

Có lẽ do kết quả này, trong xã hội phương Tây hiện đại, cái chết thường được xem là một sự kiện không thể nghĩ đến: con người không thích nói chuyện về cái chết, và khi bàn về cái chết thường được xem là bất thường về tâm lý. Nhưng **kiêng kỵ cái chết** trong xã hội phương Tây cũng có nghĩa chúng ta thường tránh việc thừa nhận con người đang trải qua điều gì khi gần đây họ mất đi người thân, và điều này đôi lúc làm tăng sự đau khổ mà họ đang trải qua.

Đau buồn là một quá trình căng thẳng, nhiều người cảm thấy bị áp đảo bởi tính phức tạp của cảm xúc mình đang cảm nhận. Ramsay (1977) nhận dạng chín thành phần đau buồn, liệt kê trong Bảng 21.9. Tính phức tạp cảm xúc bản thân nó thường gây rối loạn cực độ đối với những người mắc phải, vì họ cảm giác như thể chẳng sớm thì muộn mình cũng bị kẹp chặt một trong những cảm xúc này, hơn là một cảm xúc khác đang đe dọa áp đảo họ.

Như người ta nghĩ, tất cả xáo trộn cảm xúc này đều ảnh hưởng đến sức khỏe. Sự mất đi người thân thường tiếp theo bằng bệnh tật. Parkes (1964) nhận thấy số góa phụ đến bác sĩ thường xuyên hơn lúc trước trong 6 tháng đầu sau khi mất người thân, Rees và Lutkins (1967) chứng minh số góa phụ và góa vợ có khả năng chết gấp 10 lần vào năm sau, sau khi người thân của họ mất. Parkes, Benjamin và Fitzgerald (1969) giải thích chứng cứ này theo 3 cách: bằng sự tự xao lãng, bằng cách tự tử, bằng hình thức này hay hình thức khác, hay do kết quả bệnh tim mạch thêm trầm trọng do căng thẳng cực độ.

Các giai đoạn mất đi người thân

Cảm giác mất đi người thân mang lại nhiều phản ứng ở con người. Từ việc nghiên cứu góa phụ và những người mất đi người thân khác, Parkes (1972) mô tả 3 "giai đoạn" trong phản ứng đối với việc mất đi người thân. Tuy nhiên, nói đúng ra, đây là những giai đoạn không thực vì chúng chồng chéo lên nhau. Người mất đi người thân thường dao động dữ dội giữa phản ứng này với phản ứng khác. Tuy nhiên, diện mạo đầu tiên của mỗi phần trong phản ứng mất đi người thân thường tiếp theo sau là chuỗi 3 thời kỳ mà Parkes nhận dạng.

Bảng 21.9 Thành phần của sự đau buồn

1. *Bị sốc:* Cảm giác tê tái, việc ấy không thể là sự thật.
2. *Rối loạn:* Không thể làm xong thậm chí những công việc đơn giản thường ngày.
3. *Phủ nhận:* Không tin cái chết.
4. *Trầm cảm:* Bao gồm cảm giác đau đớn buồn phiền lẫn thất vọng.
5. *Tội lỗi:* Con người thường đổ lỗi cho mình về những chuyện đã xảy ra, cho dù đối với người ngoài rõ ràng tội lỗi như thế là vô lý.
6. *Lo âu và/ hoặc hoảng loạn:* Những trạng thái này xảy ra vì tính phức tạp của cảm xúc quá mạnh và không giống hành vi bình thường hàng ngày đến mức cá nhân tự hỏi liệu mình có điên hay không.
7. *Gây hấn:* Thường có thái độ thù dịch và giận dữ đáng kể do mất đi người thân, có thể hướng vào mình hay nhắm vào người khác, chẳng hạn nhắm vào y bác sĩ hay người thân.
8. *Giải quyết:* Đây là hình thức chấp nhận bắt đầu nổi bật khi sự tệ hại của sự đau buồn biến mất.
9. *Tái hội nhập:* Cá nhân bắt đầu sắp xếp lại đời sống mới của mình. Nhiều người nhận thấy khó sắp xếp ngay lập tức vì sự hình thành thái độ chính thức chấp nhận sự mất mát mà đôi khi cảm thấy mình bất trung. Nhưng sau một vài tuần, hầu hết mọi người đều bắt đầu tái hội nhập cấu trúc đời sống mới.

Nguồn: Phỏng theo Ramsay, 1977

Giai đoạn mất đi người thân thứ nhất theo Parkes là giai đoạn **phủ nhận.** Trong giai đoạn này người mất đi người thân không tin rằng cái chết sẽ diễn ra, từ chối không chịu xem đó là "thật". Giai đoạn này cực đoan hơn và kéo dài lâu hơn khi cái chết bất ngờ. Đây là phản ứng thông thường mà người mất đi người thân do tai nạn chẳng hạn, đáng lưu ý rằng đối với họ phải cần một khoảng thời gian mới tin chuyện ấy đã xảy ra thực sự. Nhưng thậm chí có lúc cũng nghĩ tới cái chết, nhưng cũng thường có một số yếu tố phủ nhận: đối với con người cái chết có vẻ không đúng khi lần đầu tiên nghe người khác nói.

Giai đoạn thứ hai được Parkes nhận dạng là giai đoạn **tiều tụy.** Ở giai đoạn này, người mất đi người thân nhớ nhung, mong mỏi người khác dữ dội, có thể bồn chồn, đứng ngồi không yên, bao gồm một lượng hành động vô thức tìm kiếm người quá cố, và trong giai đoạn này người mất đi người thân nghĩ rằng mình vừa thoáng thấy bóng người quá cố trong đám đông hay thấy từ xa. Khi điều này diễn ra, họ rất đau khổ, nghĩ rằng mình bị ảo giác hay đánh mất thực tại.

Mặc dù, trong thực tế những gì họ trải qua đều có lời giải thích buồn tẻ hơn nhiều. Đây là thể hiện khả năng **tập hợp nhận thức** trong đời thực (xem Chương 2) trong đó sự sẵn sàng suy nghĩ của chúng ta nhìn thấy một điều gì đó, làm cho chúng ta có nhiều khả năng nghĩ rằng mình đã nhìn thấy điều đó trước đây. Vì cá nhân đang nghĩ về người vừa mất quá nhiều, nên trong tâm trí họ luôn sẵn sàng nhìn thấy người quá cố. Điều này có nghĩa một người bất kỳ có diện mạo tương tự hay cách đi đứng hay điệu bộ tương tự mới thoạt nhìn rất giống nhưng hóa ra là người khác khi nhìn kỹ hơn. Nếu một người không biết điều gì đang diễn ra trong những trường hợp này thì cảm giác có thể vô cùng đau khổ.

Giai đoạn thứ ba của sự mất đi người thân theo Parkes là **trầm cảm.** Quá trình chấp nhận người mình thương yêu đã ra đi thực sự, không trở lại nữa thường đi kèm bằng một thời kỳ lãnh cảm cực độ, thường bao gồm các yếu tố tự trách mình và những đợt thống khổ đột ngột. Sự trầm cảm này luôn diễn ra, dần dần ít thường xuyên hơn, cho đến khi khoảng 3 đến 6 tuần sau khi người thân mất thì điều này mới biến mất. Tuy nhiên, những sự kiện cụ thể như tìm thấy một ảnh chụp đặc biệt hay tham quan một nơi ưa thích lại dễ kích hoạt sự trầm cảm này. Parkes cũng nhận thấy hầu hết mọi người nổi dậy sự đau buồn vào ngày giỗ người quá cố và những thời điểm đặc biệt như lễ Giáng sinh.

Đau buồn bất thường

Parkes phân biệt giữa đau buồn "bình thường" và "bất thường". Ông cho rằng đau buồn bình thường tiếp theo sau mẫu 3 thời kỳ phác họa ở trên, và đau buồn tệ hại nhất thường diễn ra khoảng 6 tuần. Tuy nhiên một số khách hàng của Parkes, thì quá trình đau buồn kéo dài lâu hơn nhiều. Họ vẫn cảm giác đau buồn cực độ sau khi người thân mất hơn một năm. Đặc điểm của những người này theo Parkes quan sát là trong giai đoạn một, họ trải qua thời gian lâu hơn hầu hết những người khác trong việc phủ nhận cái chết là có thật.

Trong nghiên cứu sau này, Parkes và Weiss (1983) nhận dạng hai tập hợp yếu tố có thể là nguyên nhân gây ra đau buồn kéo dài hay bất thường. Thứ nhất là những yếu tố liên quan đến việc **bày tỏ** sự đau buồn. Trong diễn tiến đau buồn, đối với con người điều quan trọng là phải có khả năng diễn đạt cảm xúc của mình và điều này giúp họ vượt qua quá trình, hòa hợp với những gì đang diễn ra. Tuy nhiên, trong xã hội chúng ta không khuyến khích bày tỏ sự đau buồn: con người thường không được phép, nói chung bởi người thân hay bạn bè, bàn về chuyện người thân mất "trong trường hợp làm họ đau khổ". Sự kiềm chế này có nghĩa rằng quá trình đau buồn kéo dài hơn nhiều và cũng có nghĩa cá nhân rất có khả năng bị rối loạn bất thường nhiều hơn.

Hậu quả khác trong kiêng kỵ xã hội của chúng ta về cái chết là con người thường được khuyến khích quên đi mọi việc xảy ra thật nhanh. Nhưng nói chung đối với những người muốn phục hồi trong thời kỳ mất đi người thân lần thứ nhất, choáng váng, phải mất một vài ngày, có nghĩa là nếu vội vả làm đám tang thì sự đau buồn có thể diễn ra quá sớm. Nhiều người nhận thấy nghi thức đi kèm với đám tang vào lúc này rất có ích, đối với những người mất đi người thân không phải là khác thường khi có cảm giác mình bị tước đoạt hay đánh lừa nếu đám tang diễn ra quá nhanh, hay họ không có cách nào thừa nhận cái chết. Các xã hội khác có những truyền thống giải quyết cái chết khác nhau, trong khía cạnh thường có lợi về mặt tâm lý hơn (xem Khung 21.1).

Tập hợp các yếu tố thứ hai liên quan đến chứng cứ cho rằng những người có **mối quan hệ xáo trộn,** hay mối quan hệ chưa giải quyết với người quá cố, thường nhận thấy sự đau buồn của mình ở mức cực đoan, thậm chí bị lấn áp. Thân nhân thường ngạc nhiên khi thành viên gia đình thể hiện cảm xúc ra sao trước cái chết của người thân, mà trước đây họ chưa hề thể hiện cảm xúc nhiều như thế trong đời sống. Đây không phải là đạo đức giả: sự đau khổ là có thật. Người ta cho rằng cảm xúc mãnh liệt này phát sinh là do mình có lỗi hay "công việc chưa xong" lẫn lộn với nhận thức rằng, lúc này đã quá muộn không thể tái lập mối quan hệ tốt hay giải quyết những bất đồng trước đây. Nếu một người có mối quan hệ tích cực với người đã mất hay nếu họ có khả năng giải quyết mối quan hệ tích cực thì sự mất đi người thân ít có khả năng trở thành nghiêm trọng hay bất thường.

HẤP HỐI

Đối mặt với vấn đề bạn biết một người nào đó đang hấp hối là vấn đề nhiều người nhận thấy rất khó khăn. Đối mặt với cái chết của chính bạn, thật nghịch lý, lại thường khó khăn hơn. Trong quyển *Living While Dying* (1989), Owens và Naylor kể lại phản ứng của người khác mà một trong hai tác giả đã kinh qua trong khi đang gần kề cái chết vì một căn bệnh thời kỳ cuối. Khi nhận thấy mình đang hấp hối, Freda Naylor, một bác sĩ nghiên cứu tâm lý học lâm sàng, quyết định cảm giác của bà được sử dụng để thông báo và giúp đỡ người khác. Cùng với một nhà tâm lý học, Glynn Owens, bà đề cập những khía cạnh khác nhau về những gì đang diễn ra đối với mình và đưa ra đề nghị hướng dẫn những người đang giải quyết người đang hấp hối hay tự mình trải qua cảm giác.

Kể với mọi người

Một tập hợp đề nghị liên quan đến công việc kể với mọi người rằng họ đang hấp hối hay một người nào đó thân với họ đang hấp hối. Hinton (1967) xem điều này là một vấn đề quan trọng đối với nhiều người đang đối mặt với cái chết. Owens và Naylor cho rằng cố giấu hiểu biết này với người đang hấp hối có thể làm cho người ấy bị căng thẳng, họ muốn bàn bạc điều gì đang diễn ra và sắp xếp công việc của mình theo thứ tự.

Nhiều người chuyên môn, chẳng hạn như y tá hay bác sĩ cũng nên tránh nói với họ rằng họ đang hấp hối vì ngại phản ứng cảm xúc xảy ra. Nhưng theo Owens và Naylor phản ứng trực tiếp chủ yếu là kết quả bị sốc. Về lâu dài, con người thường muốn được cho biết thông tin hơn. Owens và Naylor nhấn mạnh đối với người đang hấp hối, điều quan trọng là phải có được thông tin chính xác về những gì chắc chắn xảy ra đối với mình, sao cho họ biết nên nghĩ đến điều gì. Họ

Khung 21.1 Thái độ về hấp hối và mất đi người thân

Mỗi xã hội đều có nghi thức và truyền thống đi kèm với cái chết, và chúng sử dụng một số chức năng hoạt động đáng giá. Một trong những chức năng này là **nghi thức mất đi người thân** tạo cho người có người thân qua đời một cấu trúc được hình thành để họ có thể hoạt động không phải chịu áp lực phải ra quyết định liên tục. Vì những gì được mong đợi ở họ đều theo quy ước và nghi thức hóa, nên tất cả những gì họ phải làm là phải hòa hợp. Đối với một số người đang cố gắng đối phó với việc tái điều chỉnh và đau buồn do mất đi một người mình quý mến thì sự có mặt của những nghi thức này mang tính an ủi.

Nghi thức mất đi người thân cũng tạo cho người có người thân qua đời cơ hội bày tỏ nỗi đau buồn của mình. Nghi thức tạo ra cấu trúc và một chuỗi hoạt động quen thuộc vào thời điểm khi chúng ta bị xáo trộn, rối loạn nhiều nhất. Nghi thức cũng giúp con người thể hiện nhu cầu tâm lý, chẳng hạn như nhu cầu “trò chuyện” với người quá cố trong suy nghĩ, và giải quyết công việc dở dang luôn chừa lại phía sau khi mối quan hệ ở con người trở nên rất xấu. Trong khía cạnh này, truyền thống trong một số xã hội có lợi về tâm lý hơn các xã hội khác. Xã hội phương Tây thế tục thường khá thô bạo đối với sự đau buồn: con người không được tạo nhiều cơ hội để tự do than khóc, và nếu có than khóc theo một cách nào đó là chuyện không nên. Các xã hội khác thực tế hơn: chẳng hạn, ở người Wake Ireland, thể hiện cảm xúc cực độ là việc hoàn toàn có thể chấp nhận cũng như tập quán than khóc của nhiều nền văn hóa khác.

Ngoài ra, nhiều hệ thống suy nghĩ truyền thống chấp nhận cảm giác tâm lý của sự mất đi người thân đầy đủ hơn nhiều. Những gì mà những người thám hiểm thuộc địa phương Tây giải thích là “thờ phụng tổ tiên” ở một số bộ lạc châu Phi chẳng hạn khác hẳn với điều này. Thay vào đó, đây là phương pháp công nhận thực tế tâm lý liên tục của người quá cố. Người có người thân vừa mất thường kể lại rằng họ luôn “nhìn thấy” người quá cố, đi bộ ngoài phố, ở chỗ đông người, hay có cảm giác như thể họ đang đứng đó, bước vào nhà. Đối với họ như thể người quá cố vẫn còn sống. Tất cả hệ thống suy nghĩ phương Tây đều cho rằng điều này không thực – không phải có ích cho những người trong hoàn cảnh này. Nhưng bằng cách tạo ra nơi mà người có người thân quá cố có thể mang thức ăn, nước uống cho người quá cố, và có thể trò chuyện với họ như thể họ đang còn sống, nhiều hệ thống suy nghĩ truyền thống tạo ra cảm giác chấp nhận thực tế tâm lý của sự mất đi người thân, và giúp cá nhân thích ứng.

Theo cách tương tự, xã hội phương Tây vô cùng **kiêng kỵ về cái chết.** Bất chấp trong ngành giải trí truyền thông có vô số vụ giết người, án mạng, nhưng thực tế cái chết được xem là không nên nghĩ đến – hay không phải là vấn đề bàn bạc. Bàn chuyện cái chết của một người được xem là “không lành mạnh”, chuẩn bị cho một người ra đi bằng cách viết di chúc hay thu xếp công chuyện với thân nhân thường bị gạt bỏ xem là không cần thiết. Sự ra đời của phong trào bệnh viện dành cho người hấp hối ở Anh là do đối với người hấp hối cần có những nơi như thế, thừa nhận rằng họ thực sự gần chết, và để giúp họ thích ứng. Hầu hết nỗ lực của các chuyên viên tư vấn mất đi người thân và những người khác làm việc trong lĩnh vực này được hướng dẫn giúp những người thẳng thắng công nhận (đối với suy nghĩ phương Tây) vấn đề không thể nghĩ đến là con người, kể cả chúng ta, đều chết.

cần được phép bàn chuyện gì đang diễn ra, kể cả khả năng diễn đạt rối loạn cảm xúc nhưng không được bưng bít hay thay đổi chủ đề.

Vấn đề khác thường xảy ra đối với những người đang hấp hối là những người khác đối xử với họ như thể họ đã chết rồi. Đôi lúc người ta nhận thấy khó chấp nhận một người đang hấp hối tiếp tục sống với những gì còn lại trong đời sống bình thường của họ, cho dù họ có thể sống thêm một thời gian đáng kể nữa. Cảm giác khó xử cũng có thể làm cho bạn bè có thiện chí tránh cá nhân đang hấp hối, có lẽ chỉ giao tiếp với đối tác hay tránh tiếp xúc với gia đình. Tất cả những yếu tố này, theo Owens và Naylor, là để thích ứng với tình huống mới. Thật tương đối dễ khắc phục đối với những vấn đề thuộc loại này nếu người khác sẵn sàng cởi mở và thành thật với người đang hấp hối.

Owens và Naylor cho rằng xã hội phải nên dễ dàng hơn với vấn đề chết hơn là cố gắng giả vờ rằng cái chết không xảy ra. Nói cho cùng, mọi người đều chết, vì thế đề cập vấn đề thẳng thắn sẽ tạo ra sự an ủi đáng kể đối với những người đang bị bệnh thời kỳ cuối cũng như giúp đỡ thân nhân của họ. Xem cái chết là một chủ đề kiêng kỵ hoàn toàn tạo ra nhiều căng thẳng đối với mọi người liên quan. Đây là suy nghĩ cũng làm nền tảng cho phong trào bệnh viện dành cho người hấp hối, chứng minh rằng nhiều tháng hay nhiều năm khi một người đang hấp hối có thể là thời gian hạnh phúc, hiệu quả bất chấp nhận biết chuyện gì phải đến. Như Owens và Naylor đã nêu, thái độ sợ chết không lành mạnh trong xã hội của chúng ta thường có nghĩa rằng, chúng ta không suy nghĩ kỹ, không cho phép người hấp hối tận dụng những gì còn lại trong đời mình.

TUỔI GIÀ

Người ta có hàm ý gì khi phát biểu rằng một người nào đó là già? Chúng ta định nghĩa tuổi già ra sao? Kastenbaum (1979) phân biệt giữa 5 loại độ tuổi khác nhau, liệt kê trong Bảng 21.10. Những độ tuổi này có thể hoàn toàn khác nhau, không hề tương quan với nhau. Chẳng hạn, điều thông thường đối với độ tuổi chủ quan của một người khác hẳn với độ tuổi sinh học của họ – nhiều người lớn tuổi về mặt niên đại thường cảm thấy "mình trẻ bên trong". Một số người đặc biệt quan tâm đến tập thể dục và rèn luyện sức khỏe có độ tuổi sinh học khác hẳn với độ tuổi niên đại và dĩ nhiên, về mặt sinh học độ tuổi con người ở các mức đánh giá khác nhau.

NHẬN THỨC TUỔI GIÀ PHI HIỆN THỰC

Theo nghĩa độ tuổi xã hội, xã hội của chúng ta thường có khuynh hướng chia rẽ trong thái độ đánh giá. Một mặt, xã hội thường **đối xử tuổi tác bất công,** đánh giá "người già" theo cách tiêu cực – chẳng hạn, trong một nghiên cứu trẻ mô tả người già "buồn bã", "dơ bẩn" và "xấu xí". Barrow (1976) nhận thấy sinh viên thường có thái độ ghê tởm, và chán ghét cay đắng khi nghĩ mình sẽ già. Đối xử tuổi tác bất công trong xã hội cũng được thể hiện theo cách chúng ta nghĩ đến **sự về hưu.** Cho dù hiện nay chúng ta sống thọ hơn và khỏe mạnh hơn lúc đầu thế kỷ nhưng chúng ta vẫn xem con người đến tuổi về hưu là người "quá già" đến mức không thể làm việc nổi.

Bảng 21.10 Các loại độ tuổi

Độ tuổi niên đại	Đây là số năm sống thực sự của một người.
Độ tuổi sinh học	Liên quan đến trạng thái cơ thể.
Độ tuổi chủ quan	Liên quan đến cảm nghĩ của cá nhân cho rằng mình già.
Độ tuổi chức năng	Liên quan đến loại đời sống ở một người, công việc họ làm, trách nhiệm gia đình, v.v...
Độ tuổi xã hội	Liên quan đến cách người khác chấp nhận chúng ta, và nhóm độ tuổi những người chúng ta phối hợp.

Nguồn: Phỏng theo Kastenbaum, 1979

Mặt khác, nhiều người có chuyên môn trong xã hội của chúng ta không phải về hưu ở cùng độ tuổi với những người thuộc giai cấp lao động, và hầu hết các công việc có trách nhiệm trong xã hội như công việc của quan tòa, chính khách, và thậm chí giám đốc công ty thường do những người đã quá tuổi về hưu đảm nhận. Trong những nghề nghiệp này, người lớn tuổi được kính trọng vì kinh nghiệm, một thái độ giống như thái độ tìm thấy trong các xã hội truyền thống, trong đó người già được kính trọng vì hiểu biết và kinh nghiệm mà họ tích lũy qua nhiều năm. Nói chung, xã hội tiêu dùng hiện đại thường xem nhẹ giá trị của độ tuổi nhưng với những ngoại lệ rất thú vị này.

Suy nghĩ rập khuôn tuổi già

Vấn đề chúng ta sẵn sàng giao phó những vị trí nhiều quyền lực nhất trong xã hội cho người già và chính nó cho chúng ta thấy suy nghĩ rập khuôn tiêu cực về người già ở nhiều người là không đúng. Nhưng người già thường "vô hình" trong xã hội – bất chấp thực tế dân số nói chung ngày một già hơn. Năm 1972, ở Anh có hơn 8 triệu người trên 65 tuổi, từ đó về sau tỉ lệ gia tăng thật ấn tượng. Căn cứ vào điều này, có vẻ kỳ lạ rằng người già không phản đối địa vị xã hội của mình.

Dyson (1980) cho rằng một trong những lý do chính giải thích tại sao người già không phủ nhận suy nghĩ rập khuôn tiêu cực về tuổi già là vì họ cũng tán thành. Trong các cuộc phỏng vấn với người già, Dyson nhận thấy họ rất hiểu về suy nghĩ rập khuôn, và nghĩ rằng hầu hết người già đều có suy nghĩ như thế – chứ không phải chỉ riêng họ. Vì thế, mặc dù họ hiểu rằng suy nghĩ rập khuôn là bất công, vô lý nhưng họ không liên kết với số người già khác để phủ nhận nó.

Lý do khác giải thích tại sao người già không phản đối suy nghĩ rập khuôn về người già – hay tại sao người khác không lắng nghe họ khi họ phản đối – có thể nằm trong tính chất của chính suy nghĩ rập khuôn. Vấn đề thể hiện qua bệnh Alzheimer và chứng mất trí ở người già có nghĩa rằng những người mắc những căn bệnh này thường nhầm lẫn và mất định hướng, cần được điều trị thường xuyên. Mặc dù họ chỉ chiếm một tỉ lệ nhỏ trong số người già – chưa đến 10% - nhưng chính thiểu số này tạo ra một phần đáng kể trong suy nghĩ rập khuôn phổ biến. Điều này có nghĩa nhiều người già cảm thấy không gì khác hơn là bị người khác đối xử như người mất trí bình thường đối với mình khi lớn tuổi. Vì thế, một phản đối bất kỳ mà họ đưa ra đều bị bác bỏ như "lời nói dông dài", và không được chú ý đến.

Cơ thể suy yếu

Vấn đề khác là cơ thể suy yếu. Khi lớn tuổi, xương dễ gẫy hơn, khớp xương kém đàn hồi hơn. Điều này có nghĩa người già rất dễ bị tổn thương đối với những sự cố hàng ngày, và tập quen với cách di chuyển chậm hơn và đối xử với cơ thể thận trọng hơn. Trong một xã hội định hướng để hướng về tuổi trẻ và sự khỏe mạnh, có thể nhiều người không cân nhắc khi phản ứng đối với những người cơ thể suy yếu và bất lực với thái độ khinh miệt. Đây không phải là một phản ứng thú vị nhưng lại là một phản ứng rất phổ biến.

Đối với nhiều người, sự sút giảm sức khỏe cơ thể có nghĩa là sau cùng họ cần được chăm sóc toàn thời gian. Điều này thường có nghĩa họ thường sống trong một cơ sở, chính cơ sở này tạo sự thay đổi khẳng định suy nghĩ rập khuôn của người khác về tuổi già. Wigdor, Nelson và Hickerson (1977) yêu cầu sinh viên đóng vai nhân viên và người thường trú trong một mô hình nhà dưỡng lão. Chỉ sau 48 tiếng, số sinh viên được phân công vai trò làm người thường trú bắt đầu thể hiện sự thay đổi nhân cách như dễ bảo, từ bỏ và hướng nội trong khi số sinh viên đóng vai nhân viên chăm sóc ngày càng mang tính thống trị.

Ngụ ý của nghiên cứu này là sự lệ thuộc do điều kiện của viện mang lại và giả định của đội ngũ nhân viên (chẳng hạn cho rằng "họ giống như con nít") đôi khi có nghĩa rằng người già có rất ít cơ hội khẳng định tính chất cá nhân của mình không được xem như những người tạo ra rắc rối. Nhưng dĩ nhiên, không phải mọi viện dưỡng lão đều như nhau. Nghiên cứu các viện "hiệu quả" cho thấy thường có những thông lệ như khuyến khích thân nhân đến thăm và tiếp xúc với các nhóm khác trong cộng đồng, khuyến khích người già ra khỏi viện (chẳng hạn mua sắm, đến quán rượu vào ban đêm), sắp xếp tổ chức các ban bệ trong viện và chú ý đến ý kiến phát biểu của họ, khuyến khích họ mang vào viện đồ gỗ da dụng và tài sản cá nhân. Tóm lại, một viện dưỡng lão tốt theo Hayes (1988) là nơi khuyến khích người già có dời sống bình thường càng nhiều càng tốt. Nhưng mặc dù một số đang thay đổi, nhiều nơi vẫn áp dụng mô hình cũ khuyến khích sự lệ thuộc.

Thay đổi khả năng

Một trong những vấn đề khác do suy nghĩ đối xử tuổi tác bất công tạo ra, là người ta thường phóng đại sự sút giảm khả năng ở người già. Sự phóng đại này được củng cố bằng nghiên cứu ban đầu về chủ đề, phát hiện rằng khi trắc nghiệm nhiều người ở độ tuổi khác nhau, kết quả thường chứng minh sự sút giảm có hệ thống khi con người ngày càng lớn tuổi hơn. Những người ở độ tuổi 20 có nhiều năng lực hơn những người ở độ tuổi 40, người ở độ tuổi 40 có nhiều năng lực hơn người ở độ tuổi 60.

Nhưng những nghiên cứu này đều áp dụng phương pháp **nghiên cứu mặt cắt.** Các nhà nghiên cứu chọn mặt cắt dân số, với các độ tuổi khác nhau và so sánh với các trắc nghiệm khả năng khác nhau. Tuy nhiên, điều này có nghĩa các nhà nghiên cứu không thể nhận dạng tác dụng của những kinh nghiệm khác nhau trong diễn tiến đời sống, và những tác dụng này rất đáng kể. Chẳng hạn, những người sinh ra vào đầu thế kỷ có những kinh nghiệm giáo dục, nuôi dưỡng và xã hội khác hẳn với những người sinh ra muộn hơn. Vì thế một người 60 tuổi trong thập niên 1960 không thể so sánh với một người ở độ tuổi 20 cùng lúc vì kinh nghiệm ban đầu của họ hoàn toàn khác hẳn.

Khi các nhà nghiên cứu bắt đầu khảo sát tuổi già sử dụng **phương pháp chiều dọc** – theo dõi cùng số người ấy trong suốt diễn tiến đời sống của họ và có những thời gian cách quãng trắc nghiệm họ khi họ ngày càng lớn tuổi hơn – một bức tranh khác bắt đầu xuất hiện. Bức tranh này thể hiện sự phát triển tuổi đời kể cả tuổi già đều liên quan đến kinh nghiệm và thực tế. Cách con người sử dụng khả năng của mình đóng vai trò quan trọng trong việc những khả năng ấy có sút giảm theo độ tuổi hay không.

Chẳng hạn, nghiên cứu mặt cắt ban đầu về trí năng cho thấy có sự sút giảm trong trí năng được đánh giá (IQ) khi con người càng lớn tuổi. Họ cho rằng IQ đạt dỉnh điểm vào đầu độ tuổi 20 và sau đó giảm dần theo độ tuổi. Nhưng nhiều người già trong những nghiên cứu ấy ít có kinh nghiệm với các trắc nghiệm IQ, trong khi số người trẻ hơn quen với trắc nghiệm này nhiều hơn, như một phần cuộc thi 11+ được đưa ra sau năm 1945 để quyết định trẻ em sẽ nhận được loại hình giáo dục nào. Người lớn tuổi có một kinh nghiệm học vấn khác và những loại khả năng được trắc nghiệm bằng trắc nghiệm IQ không phải là loại trắc nghiệm được nhấn mạnh khi lúc họ còn trẻ. Điều này hoàn toàn không giống với kinh nghiệm của những người tham gia nghiên cứu trẻ hơn. Vì thế, thật ra không có gì phải ngạc nhiên khi người trẻ hơn có điểm số trắc nghiệm IQ cao hơn người lớn tuổi.

Burns (1966) báo cáo nghiên cứu trí năng theo chiều dọc, theo dõi nhiều giáo viên từ lúc họ tốt nghiệp đại học suốt cho đến khi họ về hưu. Nghiên cứu này nhận thấy giáo viên thể hiện sự gia tăng IQ nói chung hơn là giảm sút khi họ lớn tuổi. Ngoài ra, khi điểm số trắc nghiệm IQ của họ đem phân tích, Burns nhận thấy thực hành có vẻ liên quan rất nhiều đối với những gì đã diễn ra. Giáo viên dạy các môn khoa học và môn toán thể hiện sự tiến bộ trong các thành phần số học và đồ thị trong trắc nghiệm IQ trong khi những người dạy các môn nghệ thuật thể hiện sự tiến bộ trong khả năng diễn đạt bằng lời và lập luận bằng lời.

Khả năng và động cơ thúc đẩy

Nhận thức tuổi già phi hiện thực được tạo ra do phương pháp luận mà một số nhà tâm lý học áp dụng khi nghiên cứu những thay đổi khả năng lúc chúng ta lớn tuổi. Một số nghiên cứu quan trọng nhất trong lĩnh vực này được Welford tiến hành năm 1958. Welford áp dụng kỹ thuật trắc nghiệm những người đạt giới hạn khả năng tuyệt đối của mình. Như thế, ông nhận thấy trí nhớ ngắn hạn, thời gian phản ứng và ra quyết định có vẻ giảm sút theo độ tuổi. Nhưng Welford nhấn mạnh rằng điều này nhất thiết không có nghĩa là người già kém khả năng hơn trong công việc hay trong sinh hoạt thường nhật, vì thực ra hiếm khi nào chúng ta sử dụng khả năng của mình đến giới hạn tuyệt đối. Vì tất cả những mục đích hiện thực, người già có khả năng như người trẻ.

Tuy nhiên, dần dần các nhà nghiên cứu bắt đầu khám phá rằng đôi lúc người già còn có khả năng nhiều hơn người trẻ – nhất là ở những nơi công việc đời thực liên quan đến đời sống làm việc của họ. Belbin (1958) nhận thấy nếu phương pháp đào tạo thích hợp với nhu cầu của số công nhân lớn tuổi - và nhất là thích hợp với công việc, không có hướng dẫn rời rạc và khó hiểu – thì công nhân lớn tuổi tiếp thu nhanh hơn công nhân trẻ. Kinh nghiệm và khả năng chuyên môn nhiều hơn của họ giúp họ có nguồn tài nguyên rộng hơn đến mức họ thường tiếp thu hiệu quả hơn những người khác kinh nghiệm kém hơn.

Năm 1976, Welford cho rằng hoạt động thấp hơn mà người già thể hiện trong trắc nghiệm phòng thí nghiệm khó hiểu có thể là do thiếu khả năng chứ không phải thiếu động cơ thúc đẩy. Hoàn toàn đơn giản, nếu người già xem công việc là không thích hợp thì họ không cố gắng như người trẻ, do đó điểm của họ thấp hơn. Điều này liên kết với chứng cứ của Bromley (1966) cho rằng người già trong các công việc có ý nghĩa đối với họ thường hiệu quả hơn những công việc vô nghĩa và không có bối cảnh.

SỰ NGHỈ HƯU

Có lẽ một trong thay đổi đời sống quan trọng nhất mà con người đối mặt khi họ lớn tuổi là **sự nghỉ hưu.** Atchley (1976) cho rằng nghỉ hưu gồm 7 thời kỳ khác nhau, liệt kê trong Bảng 21.11, từ bảng này, nghỉ hưu có thể là một quá trình kéo dài gồm nhiều sự chuyển tiếp khác nhau.

Bảng 21.11 Các giai đoạn nghỉ hưu

1. *Giai đoạn tiền nghỉ hưu:* Cá nhân thích thú, tham gia công việc, ít có sự chuẩn bị nghỉ hưu.
2. *Giai đoạn bàn giao công việc:* Diễn ra ngay trước khi nghỉ hưu khi họ bắt đầu giao một số trách nhiệm công việc cho đồng nghiệp trẻ hơn.
3. *Giai đoạn "tuần trăng mật":* Cá nhân tỏ ra rất tích cực, thích thú "được nghỉ" và thực hiện nhiều hoạt động theo kế hoạch.
4. *Giai đoạn vỡ mộng:* Mọi thứ không còn nhận thấy là màu hồng nữa, cá nhân bắt đầu trầm cảm.
5. *Giai đoạn tái định hướng:* Cá nhân phải hòa hợp với sự nghỉ hưu và tiếp tục hoạt động trở lại mặc dù thường kém cuồng nhiệt hơn trước đây.
6. *Giai đoạn điều chỉnh:* Cá nhân ổn định với cách sống dài hạn. Thậm chí họ trở lại công việc trong thời điểm này hay tham gia công tác từ thiện.
7. *Giai đoạn sau cùng:* Thường đi kèm với bệnh tật: cái chết đang treo lơ lửng, cá nhân bắt đầu chuẩn bị chết.

Nguồn: Phỏng theo Atchley, 1977

Mặc dù ban đầu khi lần đầu tiên đưa ra sự nghỉ hưu, thì tuổi đời mong đợi sau đó chỉ khoảng một vài năm, do sức khỏe và dinh dưỡng cải thiện hầu hết mọi người ngày nay có thể mong đợi sống tiếp một khoảng thời gian khá dài nữa – đến 30 năm hay thậm chí nhiều hơn – sau khi nghỉ hưu không còn làm việc toàn thời gian nữa. Họ điều chỉnh với điều này ra sao để liên kết mật thiết với nhận thức của chúng ta về tuổi già trong xã hội này.

Bởi lẽ đối với nhiều người trẻ, "già" bao gồm những người ở độ tuổi 40 và 50, chúng ta thường bỏ qua vấn đề nhiều người vẫn tiếp tục khỏe mạnh và hoạt động nhiều năm sau khi họ nghỉ hưu. Nhưng các nhà tâm lý học ngày càng nhận thức rằng những người ở độ tuổi 50, 60 và 70 có thể hoạt động giống như xưa nay. Trong một số trường hợp có nhiều người vẫn còn hoạt động và còn khả năng sinh sản ở độ tuổi 80, hay thậm chí 90. Vì thế, điều chắc chắn rằng quan điểm của chúng ta về tuổi già và những gì cấu thành "già" phải cần điều chỉnh một số.

Theo cách nhìn này, có vẻ kỳ lạ khi xã hội tiếp tục giảm độ tuổi nghỉ hưu: ngày nay nhiều người được đề nghị nghỉ hưu non, và sẽ nghỉ hưu khi ở tuổi 50. Đối với một số người, nghỉ hưu non là giấy thông hành bước vào nghề nghiệp thứ hai, hoạt động độc lập hơn. Chẳng hạn, không phải là điều đặc biệt đối với một người trước đây làm cảnh sát nay chọn nghề thứ hai chẳng hạn làm cố vấn an ninh, hay đối với một nhân viên công tác xã hội có kinh nghiệm làm việc trong vai trò tư vấn cho các nhóm dự án phục vụ xã hội. Nhưng đối với người khác, nghỉ hưu bao gồm một kiểu sống khác không bao hàm sự làm việc ăn lương, bên ngoài.

Thuyết Bàn giao

Năm 1961, Cummings và Henry cho rằng có một quá trình **bàn giao** sinh học diễn ra khi con người lớn tuổi. Như một phần trong quá trình này, người già dần dần đi đến việc rút lui khỏi xã hội rộng lớn hơn và tham gia một vài khía cạnh xã hội. Sự rút lui mang tính tương hỗ, ở chỗ xã hội ngày càng ít có quan hệ với người già. Cummings và Henry cho rằng sự bàn giao này có một cơ sở sinh học, như cách chuẩn bị dần cho người già đi đến cái chết một khi họ đã hoàn thành chức năng sinh sản sinh học của mình cũng như hoạt động để duy trì sự sống còn của chủng loài.

Thuyết Bàn giao thịnh hành trong thập niên 1960 và đầu thập niên 1970, bởi vì dường như giải thích trong xã hội có quá nhiều người già, do đó họ "vô hình". Thuyết cũng phổ biến vì nêu ra giải thích di truyền đối với hiện tượng, như chúng ta đã biết trong các chương khác (chẳng hạn Chương 6), giải thích di truyền về hành vi con người nói chung rất phổ biến trong giới truyền thông, ít nhất ở Anh trong thời điểm ấy. Tuy nhiên, có nhiều chỉ trích đối với thuyết Bàn giao.

Có lẽ một trong những trở ngại đáng kể nhất là thuyết bàn giao không giải thích điều gì đang diễn ra trong nhiều xã hội con người khác. Như chúng ta đã biết trong các xã hội phi công nghệ, người già được kính trọng vì kinh nghiệm chứ không phải rút lui khỏi xã hội, họ tham gia xã hội nhiều hơn bao giờ hết, mời họ đến để ra quyết định và phân xử những tranh chấp xã hội giữa thành viên gia đình hay các nhóm khác nhau. Nếu bàn giao là một quá trình sinh học không thể tránh, theo Cummings và Henry đề xuất, thì chúng ta nên xem nó hay quá trình tương tự mang tính phổ biến trong xã hội loài người. Mặc dù, thực ra chúng ta nhận thấy sự rút lui của người già khỏi xã hội thường là đặc điểm của xã hội công nghiệp chứ không phải các loại văn minh nhân loại cổ xưa.

Chỉ trích khác cho rằng sự bàn giao như thế là một hành động cố ý đối với người già. Nhưng trong thực tế, xã hội chúng ta dành cho người già ít cơ hội hơn những người trong nhóm độ tuổi trẻ hơn. Nơi nào cơ hội tham gia vẫn còn chẳng hạn như trong một số cửa hàng từ thiện với hầu hết đội ngũ nhân viên đều lớn hơn độ tuổi về hưu, hay trong những nghề chuyên môn chúng ta vừa bàn, người già thường thể hiện sự tham gia tích cực, lành mạnh.

Vì thế, điều hiển nhiên là bàn giao không phải là kết quả không thể tránh khỏi khi về già - cho dù cũng rõ ràng rằng một số người thực sự có vẻ muốn tách khỏi xã hội. Một giải thích có khả năng hơn về bàn giao có vẻ nằm trong sự phối hợp do thiếu cơ hội tham gia và chấp nhận suy nghĩ rập khuôn về tuổi già, có nghĩa rằng nhiều người không cố gắng tham gia.

Thuyết Hoạt động

Havighurst (1964) cho rằng đối với người già, điều quan trọng là phải tham gia xã hội nếu họ có một tuổi già khỏe mạnh, hạnh phúc. Trong nghiên cứu phỏng vấn với những người thuộc nhiều quốc tịch khác nhau, Havighurst *và người khác* (1969) nhận thấy, trong một nhóm người già, những người hoạt động xã hội tích cực nhất, gắn bó với gia đình, cộng đồng nhiều nhất có cuộc sống thỏa mãn hơn những người tách biệt. Havighurst xem quá trình nghỉ hưu lành mạnh liên quan đến nhiều vai trò xã hội mà cá nhân đang sở hữu.

Vai trò xã hội theo Havighurst rất quan trọng trong việc quyết định suy nghĩ về giá trị bản thân của một người. Nghỉ hưu thường bao gồm sự sút giảm điểm – vai trò, và đến lượt điểm – vai trò tạo ra sự sút giảm trong suy nghĩ cá nhân về giá trị bản thân. Do đó, cá nhân ít có khả năng dồn nhiều nỗ lực vào việc chăm sóc mình, vì thế chắc chắn họ sút giảm cùng với độ tuổi. Vì quá trình nghỉ hưu có nghĩa là con người mất đi nhiều vai trò xã hội quan trọng – tất cả những vai trò đi kèm với nghề nghiệp hoạt động của họ - Havighurst cho rằng đối với người già điều quan trọng là nên duy trì "điểm – vai trò" của họ bằng cách thay thế vai trò xã hội mà họ vừa mất do sự nghỉ hưu bằng các vai trò xã hội mới.

Điều này bao gồm việc đảm nhận trách nhiệm mới, có thể bằng việc tham gia các tổ chức như Age Concern hay trong gia đình và cộng đồng. Điểm – vai trò tăng có nghĩa cá nhân có mức độ tự trọng cao hơn, có khuynh hướng chăm sóc bản thân nhiều hơn và có khả năng nghỉ hưu hạnh phúc, hiệu quả nhiều hơn. Như có thể thấy, thuyết hoạt động tuổi già là mô hình đối với nhiều tổ chức liên quan đến việc tạo cơ hội cho người già. Chọn quan điểm tích cực về tuổi già, xem người già như một tác nhân hoạt động trong đời sống của riêng họ, cũng như có thể tự ra quyết định, và trong sự tôn trọng này, khác hẳn với bức tranh khá tiêu cực do thuyết bàn giao đưa ra.

Thuyết Trao đổi xã hội

Tuy nhiên, mặc dù nhiều người rõ ràng hưởng lợi từ các vai trò bổ sung và cơ hội gia tăng được các tổ chức áp dụng tiếp cận của Havighurst đưa ra, có những người khác mong mỏi nghỉ hưu xem đó là thời gian họ tùy ý sử dụng phần đời còn lại, ít quan tâm và tự mình thoát khỏi ràng buộc với xã hội, ít ra ở mức độ nào đó. Cả hai hoạt động và bàn giao có vẻ là những chiến lược thích hợp đối với số người này chứ không phải số người khác. Dyson (1980) cho rằng những khác biệt này được giải thích bằng cách xem nghỉ hưu như **trao đổi xã hội** giữa cá nhân và xã hội.

Theo Dowd (1975) ông cũng xem nghỉ hưu như sự trao đổi xã hội, 2 bên trong hợp đồng xã hội gồm: người già mặc nhiên đồng ý tham gia hoạt động xã hội ít hơn, vì thế nhường chỗ trong lực lượng lao động cho người trẻ hơn, trong khi xã hội đồng ý dành cho cá nhân ấy một "sự từ bỏ danh dự" của Đạo đức công tác Tin lành. Họ được xã hội đồng ý có những năm tiêu khiển và quyền thụ hưởng theo ý thích.

Đối với một số người già, sự trao đổi xã hội này là nguyên nhân dẫn đến sự bàn giao, khi họ cảm thấy rằng mình không còn là một bộ phận xã hội hoàn toàn nữa, trong khi đối với người khác, trao đổi xã hội có nghĩa là họ tìm kiếm những hoạt động thay thế trong các lĩnh vực khác. Atchley (1976) có thể là một số khác nhau trong giai cấp xã hội khi tiến hành lựa chọn. Trong một so sánh giữa nam giới thuộc giai cấp lao động và nam giáo viên đến tuổi nghỉ hưu, nam giới thuộc giai cấp lao động thường thoát khỏi ràng buộc trong khi giáo viên muốn "tái tham gia" – tìm kiếm hoạt động mới có liên quan đến mình.

Dyson cho rằng trao đổi xã hội của sự về hưu thực ra đặt người già trong một **sự ràng buộc kép** (xem Chương 9), họ bị ràng buộc với tình huống. Trong tư cách thành viên xã hội, người già nhận biết "tính công bằng" của thỏa thuận không bằng lời. Tuy nhiên, trong tư cách cá nhân, thường còn nhiều năm khỏe mạnh và hoạt động, hợp đồng thường được xem không phù hợp với họ về mặt cá nhân. Điều này làm cho người già gặp khó khăn khi mà xã hội đặt họ ra ngoài lề, vì một cố gắng bất kỳ khi làm như thế được xem là cách đối xử bất công và đặc biệt đòi hỏi khắt khe.

Điều này có tác dụng giảm bớt khả năng cố kết xã hội ở người già. Vì họ mặc nhiên chấp nhận "sự công bằng" trong hợp đồng xã hội, nên họ kết luận rằng nếu không phù hợp với quan điểm được chấp nhận về người già, thì bản thân họ có điều gì đó sai lầm – họ không "bình thường". Vì thế, nơi nào nạn nhân thành kiến xã hội khác có thể phủ nhận họ bằng cách kết hợp với nhau và có nhiều tiếng nói hơn, thì đối với người già hành động như thế khó hơn nhiều.

Xã hội đang thay đổi

Mặc dù, trong xã hội hiện đại, điều rõ ràng là thái độ đang thay đổi. Trong những năm gần đây, chúng ta chứng kiến ngày càng có nhiều tổ chức dành cho người già. Những tổ chức chẳng hạn như Đại học kỷ nguyên thứ 3 đã chứng minh giai đoạn sau khi nghỉ hưu có thể là một giai đoạn rất tích cực, có nhiều cơ hội học tập và có nhiều thú vui mới. Đối với nhiều người, kinh nghiệm tuổi già trở nên mở rộng về lĩnh vực, tạo nhiều khả năng hơn. Người già ngày càng có khả năng chăm sóc mình nhiều hơn, nhận thấy có thể sống chung nhà hay sống tại nhà mình hơn là phải đến cơ sở để được chăm sóc.

Khi tuổi thọ và sức khỏe tốt ngày càng tăng, ngày càng có nhiều người sử dụng sự nghỉ hưu của mình để bắt đầu nghề nghiệp thứ hai, theo đuổi quan tâm và hoạt động mà lúc trước mình không nghĩ đến. Một số công ty đang thử nghiệm việc thuê công nhân lớn tuổi và những công ty khác công nhận giá trị kinh nghiệm hơn là tuổi trẻ trong đội ngũ nhân viên của mình. Cũng có vẻ không hẳn số người lớn của thời kỳ bùng phát trẻ sơ sinh thời hậu chiến, khi họ đến tuổi về hưu, sẵn sàng bàn giao hay trao đổi xã hội và cũng có dấu hiệu sự việc đang thay đổi. Có lẽ chúng ta nên xem tuổi già cùng với thái độ phân biệt chủng tộc và phân biệt đối xử giới tính như một định kiến được thừa nhận và không mong muốn trong xã hội.

Từ khóa

Nhân vật uy quyền nhân vật thể hiện quyền uy hay địa vị trong một cách nào đó.

Tình yêu có thỏa thuận hình thức tình yêu trên cơ sở tình cảm và tình bạn qua lại, thường phát triển qua một thời gian dài.

Các giai đoạn tâm lý xã hội thuật ngữ để gọi 8 giai đoạn trong đời sống của Erikson.

Tóm tắt

1. Tâm lý học tuổi đời cho rằng sự phát triển cần được xét trong bối cảnh xã hội, xem con người như những tác nhân chủ động trong việc định dạng đời sống của riêng mình, sử dụng ảnh hưởng lẫn nhau đối với môi trường tự nhiên và xã hội.
2. Một trong những quan điểm thuyết phục nhất về thời thanh niên cho rằng đây là giai đoạn "đầy sóng gió và căng thẳng", tạo ra sự phá vỡ và biến động cảm xúc đối với thanh niên. Nhưng nghiên cứu gần đây cho thấy điều này chỉ áp dụng cho một thiểu số thanh niên.
3. Những quan điểm thay thế về thanh niên nhấn mạnh đến sự chuyển tiếp vai trò thanh niên, hay xem thời thanh niên như một giai đoạn phát triển trong đó phải hình thành sự đồng nhất mạch lạc.
4. Thuyết tiêu điểm thanh niên của Coleman cho rằng thời thanh niên là một giai đoạn bao gồm nhiều thay đổi, nếu không muốn nói là tất cả những lĩnh vực của đời sống, và cá nhân tập trung vào những thay đổi khác nhau ở những thời điểm khác nhau trong thời thanh niên.
5. Một số nghiên cứu tuổi trưởng thành, xét tuổi trưởng thành dưới dạng giai đoạn, mùa hay dưới dạng thay đổi ý thức. Khái niệm vòng đời gia đình nêu bật những thời kỳ khác nhau mà gia đình trải qua nhưng bị chỉ trích vì không tính đến gia đình có một bố hay mẹ, ly hôn và tái hôn.
6. Sự kiện gây căng thẳng trong đời sống có những ảnh hưởng bất lợi đối với sức khỏe cơ thể của cá nhân. Tuy nhiên, những ảnh hưởng này có thể giảm bớt bằng cách sống hay cơ chế đối phó thích hợp.
7. Sự mất đi người thân có 3 giai đoạn: điếng người, tiều tụy và trầm cảm. Sự đau buồn kéo dài bất thường có thể phát sinh nếu quá trình đau buồn bình thường bị ngắt quãng hay ngăn cản. Nghiên cứu hấp hối cho rằng sự thẳng thắn là một trong những yếu tố tâm lý quan trọng nhất khi đối phó với cái chết.
8. Suy nghĩ rập khuôn của xã hội về tuổi già là phi hiện thực. Kỹ năng thể xác và tinh thần có thể cải thiện theo độ tuổi nếu được thực hành. Giải thích tại sao người già trong xã hội ít thấy hơn sau khi họ nghỉ hưu bao gồm thuyết bàn giao, thuyết hoạt động và thuyết trao đổi xã hội.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả thuyết tiêu điểm thanh niên của Coleman.
2. Hãy mô tả tóm tắt nghiên cứu sự kiện căng thẳng trong đời sống.
3. Hãy phác họa các giai đoạn phản ứng đối với sự mất đi người thân.

Câu hỏi thảo luận

1. Có phải thời thanh niên là một giai đoạn "đầy sóng gió và căng thẳng" không thể tránh khỏi hay không? Hãy trả lời bằng chứng cứ tâm lý học.
2. So sánh và nêu bật điểm tương phản giữa các mô hình giai đoạn, mùa và vòng đời gia đình trong phát triển ở người lớn.
3. "Tuổi già không có gì ngoại sự bạn giao và suy sụp". Bạn có đồng ý hay không? Hãy trả lời bằng chứng cứ tâm lý học.

phần

6

Tâm lý học so sánh

Giới thiệu tâm lý học so sánh 837

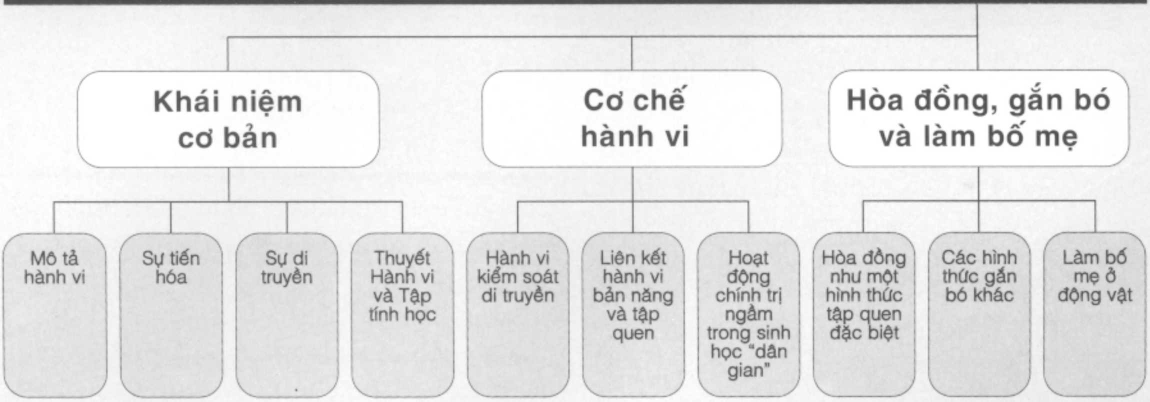
Hành vi động vật 878

Giao tiếp ở động vật 908

Phương pháp và đạo đức trong tâm lý học 940

chương 22

Giới thiệu tâm lý học so sánh


Khái niệm cơ bản
Cơ chế hành vi
Hòa đồng, gắn bó và làm bố mẹ
Mô tả hành vi
Sự tiến hóa
Sự di truyền
Thuyết Hành vi và Tập tính học
Hành vi kiểm soát di truyền
Liên kết hành vi bản năng và tập quen
Hoạt động chính trị ngầm trong sinh học "dân gian"
Hòa đồng như một hình thức tập quen đặc biệt
Các hình thức gắn bó khác
Làm bố mẹ ở động vật

Đối tượng nghiên cứu

22.1. Khái niệm cơ bản

a. Nhận dạng các vấn đề quan trọng trong tâm lý học so sánh

b. Mô tả khái niệm cơ bản trong tâm lý học so sánh

c. Áp dụng khái niệm so sánh vào các minh họa hành vi động vật

22.2. Sự tiến hóa

a. Mô tả các quá trình tiến hóa cơ bản

b. Nhận dạng khái niệm trong thuyết tiến hóa

c. Đánh giá khái niệm thang phát sinh chủng loài

22.3. Hành vi kiểm soát di truyền

a. Liệt kê tiêu chuẩn hành vi kiểm soát di truyền

b. Mô tả cơ chế hành vi kiểm soát di truyền

c. Áp dụng nguyên tắc kiểm soát hành vi di truyền vào minh họa cụ thể

22.4. Thuyết hành vi kế thừa

a. Định nghĩa thuật ngữ về các mô hình hành vi kế thừa

b. Mô tả mô hình nước của hành vi kế thừa

c. Đánh giá mô hình nước của hành vi kế thừa

22.5. Kiểm soát hành vi

a. Phác họa các loại quá trình di truyền và môi trường trong sự có được hành vi

b. Phân biệt giữa các giai đoạn tới hạn và nhạy cảm

c. Mô tả nghiên cứu tính sẵn sàng tập quen

22.6. Sự hòa đồng

a. Mô tả cơ chế liên quan quá trình hòa đồng

b. Mô tả nghiên cứu hòa đồng

c. Phân biệt giữa các giai đoạn tới hạn và nhạy cảm

22.7. Sự gắn bó

a. Mô tả nghiên cứu gắn bó ở khỉ

b. Nhận dạng cân nhắc đạo đức phát sinh từ nghiên cứu gắn bó

c. Đánh giá khái niệm hòa đồng như mô hình đối với mọi gắn bó

22.8. Hành vi bố mẹ

a. Liệt kê các giai đoạn hành vi bố mẹ ở khỉ

b. Mô tả hình thức hành vi làm bố mẹ ở động vật

c. Nhận dạng các yếu tố xáo trộn hay phá vỡ hành vi bố mẹ

Từ rất sớm, con người sống chung với động vật, sử dụng chúng trong sinh hoạt thường nhật và quan tâm đến hành vi động vật. Nhưng thái độ đối với động vật giữa các xã hội loài người khác nhau đều thay đổi. Chẳng hạn, nhiều xã hội phi công nghệ, theo truyền thống xem trọng cả động vật lẫn con người như những người tham gia trong đời sống, hơn là xem động vật là những cơ thể hạ cấp. Trái lại, xã hội công nghệ thường xem động vật là hạ cấp, phải khai thác, mặc dù thay đổi gần đây trong nhận thức sinh thái học có lẽ tạo ra một số thay đổi thú vị trong cách nhìn này.

Một phần, thái độ phương Tây đối với động vật đã trở về quan niệm cổ xưa: cho rằng con người có linh hồn trong khi động vật thì không. Quan niệm này lần đầu tiên được triết gia Hy Lạp Heraclitus đưa ra, và tiếp tục như một xu hướng xuyên suốt tư tưởng châu Âu trong gần 2000 năm sau, sau cùng trở thành một bộ phận trung tâm trong quan điểm nhân tính thuyết phục do triết gia Descartes đề xuất.

Descartes cho rằng những gì làm cho con người khác biệt là chúng ta có khả năng suy nghĩ và lập luận ("Tôi suy nghĩ, vì thế tôi tồn tại") và có linh hồn. Động vật, theo Descartes không có suy nghĩ, hành vi của chúng do bản năng máy móc điều khiển. Mặc dù con người cũng bị thú tính kiểm soát nhân tính và cơ thể con người hoạt động máy móc như cơ thể động vật, nhưng Descartes xem khả năng suy nghĩ và hành động có lý trí của con người có ý nghĩa, vì con người có khả năng "vượt trội hơn" thú tính trong hành động của mình.

Theo Descartes, con người khác với động vật về chất. Nhưng thuyết **tiến hóa** do Charles Darwin đề xuất năm 1859 ngụ ý rằng thực ra không phải mọi động vật đều như nhau, một số động vật hoàn toàn giống như con người. Chẳng hạn, như chúng ta đã biết trong Chương 15, Darwin (1872) chứng minh cách thể hiện cảm xúc ở một số động vật rất giống với cách con người thể hiện cảm xúc. Về cơ bản thuyết của Darwin xem con người như động vật, mặc dù là những động vật phức tạp hơn, vì thế phủ nhận quan điểm cho rằng có sự khác nhau cơ bản về chất giữa con người và tất cả động vật khác.

TẠI SAO NGHIÊN CỨU HÀNH VI ĐỘNG VẬT?

Có nhiều lý do khác nhau giải thích tại sao chúng ta muốn nghiên cứu động vật. Dĩ nhiên một trong số này là phải tìm hiểu nhiều hơn về chính chúng ta. Tâm lý học so sánh là một lĩnh vực nghiên cứu quan trọng nếu chúng ta muốn tìm hiểu con người và xã hội. Khi nghiên cứu tâm lý học so sánh, chúng ta sẽ tìm thấy ý tưởng bắt nguồn từ quan điểm của Darwin và Descartes xuất hiện ở nhiều nơi. Nhưng đây không chỉ là những tranh luận học thuật. Chính mô hình nhân tính của chúng ta quyết định quan điểm của chúng ta về cách tổ chức xã hội, và quan điểm của chúng ta về mối quan hệ giữa người và động vật trực tiếp liên kết với quan điểm của chúng ta về nhân tính. Từ thời Darwin, con người đã có những so sánh giữa hành vi ở người và động vật, sử dụng những so sánh này để giải thích hay biện minh cho hành động chính trị và chính sách xã hội. Vì thế, điều quan trọng phải biết được cơ sở khoa học đối với những ý tưởng này cũng như ngụ ý xã hội của chúng.

Dĩ nhiên, lý do khác để nghiên cứu tâm lý học so sánh – một số cho rằng đây là lý do quan trọng nhất – là hành vi động vật mà bản thân nó rất thú vị, như một đối tượng nghiên cứu. Có một dải rộng các mẫu hành vi và hệ thống giữa các chủng loài khác nhau, mỗi mẫu và hệ thống trong số này rất lý thú. Con người luôn tìm hiểu thế giới tự nhiên, tìm cách hiểu biết theo cách của riêng mình. Tâm lý học so sánh là một phương pháp khác để thực hiện điều này.

Tính tiếp cận

Cũng có những lý do khác. Chẳng hạn, một trong những lý do truyền thống dành cho một số loại nghiên cứu so sánh cho rằng, nghiên cứu động vật giúp chúng ta tiếp cận hệ thống sinh lý và hành vi vốn không dễ nghiên cứu ở người. Chẳng hạn, các nhà thí nghiệm trong truyền thống thuyết hành vi xem tập quen ở động vật tượng trưng cho mẫu liên kết kích thích – phản ứng "thuần túy", không bị ảnh hưởng bởi trí nhớ hay thói quen xã hội phức tạp. Họ cho rằng điều này giúp con người tìm hiểu nguyên tắc tập quen cơ bản dễ dàng hơn. Tương tự, các nhà nghiên cứu sinh lý cũng nhận thấy có nhiều điều tìm hiểu về hoạt động của tế bào thần kinh bằng cách nghiên cứu tế bào thần kinh của mực ống, vì mặc dù những tế bào này có cùng hình dạng và hoạt động cùng cách, nhưng chúng lớn hơn tế bào thần kinh ở các chủng loài khác rất nhiều, do đó dễ nghiên cứu hơn.

Vấn đề đạo đức

Lý do khác giải thích tại sao một số nhà nghiên cứu chọn nghiên cứu động vật, và lý do đặc biệt liên quan đến truyền thống thực nghiệm trong tâm lý học so sánh hơn là truyền thống tập tính học, là liên quan đến các vấn đề đạo đức. Mặc dù thái độ này hiện đang thay đổi, trong nhiều năm người ta đồng ý rằng động vật có thể sử dụng trong thí nghiệm không thể sử dụng cho mục đích khác. Khi nghiên cứu tâm lý học so sánh, chúng ta bắt gặp nhiều nghiên cứu lẽ ra không thể nghĩ đến nếu chúng được tiến hành ở con người.

Dĩ nhiên, đây là một lĩnh vực nhiều tranh luận: ngày nay nhiều người đồng ý rằng lẽ ra nên tôn trọng loài vật như tôn trọng con người, và chắc chắn nhiều thí nghiệm như thế diễn ra với số lượng ít hơn những năm trước đây nhiều. Khi nghiên cứu tâm lý học so sánh, điều dễ thấy là nhiều khả năng hiểu biết có thể thu thập từ quan sát tập tính học – nghiên cứu hành vi động vật trong môi trường tự nhiên. Đối với nhiều người điều này tượng trưng cho cách nghiên cứu hành vi động vật được chấp nhận nhiều hơn.

NGUỒN GỐC TÂM LÝ HỌC SO SÁNH

Tâm lý học so sánh như chúng ta biết ngày nay phát triển từ hai trào lưu tư tưởng học thuật hoàn toàn trái ngược. Thứ nhất là truyền thống **tập tính học** châu Âu phát triển từ những quan sát được dẫn chứng bằng tư liệu của các nhà tự nhiên học không chuyên, được chính thức hóa thành tiếp cận chính xác, có hệ thống hơn vào đầu thế kỷ này. Tiếp cận này đạt đỉnh điểm bằng công trình của Konrad Lorenz và Niko Tinbergen dẫn đến sự phát triển tập tính học như một ngành khoa học riêng biệt.

Tiếp cận tập tính học thịnh hành ở châu Âu, nhưng ở Mỹ nghiên cứu hành vi động vật chủ yếu quan tâm đến hành vi động vật trong phòng thí nghiệm. Tác động của **thuyết hành vi**, chịu ảnh hưởng của J.B.Watson và B.F. Skinner dẫn đến việc tập trung quan tâm vào những liên kết kích thích – phản ứng trong tập quen ở động vật. Đến lượt điều này dẫn đến sự nghiên cứu mở rộng hành vi động vật trong điều kiện phòng thí nghiệm nhân tạo. Những điều kiện này được thiết kế giúp các nhà nghiên cứu tìm hiểu tập quen "thuần túy" không có những biến số ảnh hưởng phụ từ môi trường tự nhiên. Tiếp cận cũng được mở rộng bao gồm những hình thức khác, "theo bản năng" nhiều hơn trong hành vi động vật chẳng hạn nghiên cứu hành vi làm mẹ hay sự gây hấn ở chuột trong phòng thí nghiệm.

Trong nửa đầu thế kỷ 20, hai truyền thống trong nghiên cứu hành vi động vật này vẫn còn tách biệt nhưng kết hợp với nhau trong thập niên 1950. Sau đó, tâm lý

Bảng 22.1 Các lĩnh vực nghiên cứu trong nghiên cứu hành vi động vật

Phát triển	Cơ thể sống phát triển từ lúc thụ thai cho đến chết ra sao. Lĩnh vực này bao gồm nghiên cứu sự tìm hiểu, kết bạn và phương pháp nuôi con cũng như sự tăng trưởng và trưởng thành ở cá nhân.
Cơ chế	Hành vi xảy ra ở động vật ra sao, chẳng hạn như qua di truyền, trao đổi giữa cá nhân với nhau qua nghi thức, các mẫu giao tiếp và nhận cảm, tập quen.
Chức năng	Hành vi nào theo nghĩa giúp cho cá thể sống còn, dùng để tương tác với cá thể khác trong cùng chủng loài, v.v...
Tiến hóa	Hành vi được đặt trong bối cảnh tiến hóa ra sao và cho chúng ta biết gì về quá trình tiến hóa.

Nguồn: Phỏng theo Tinbergen, 1963

học so sánh vẫn giữ được ảnh hưởng của cả 2 trường phái tư tưởng. Mặc dù hầu hết tâm lý học so sánh chúng ta khảo sát trong sách này bắt nguồn từ truyền thống tập tính học, nhưng chúng ta cũng nghiên cứu một số khái niệm và quan điểm phát xuất từ trường phái theo thuyết hành vi, và một số lĩnh vực chẳng hạn như nghiên cứu sự hòa đồng, nơi cả tiếp cận thí nghiệm lẫn tập tính học kết hợp để làm tăng hiểu biết của chúng ta về điều gì đang diễn ra.

Năm 1963, Tinbergen cho rằng tâm lý học so sánh liên quan đến 4 lĩnh vực nghiên cứu: phát triển, cơ chế, chức năng và tiến hóa (xem Bảng 22.1). Những hình thức tâm lý học so sánh lâu đời hơn thường chủ yếu tập trung vào vấn đề hành vi phát triển ở cá nhân ra sao và cơ chế hành vi ấy diễn ra. Mặc dù, thời gian gần đây, ngày càng có sự nhấn mạnh về chức năng mà hành vi phục vụ cho động vật liên quan, và lập luận theo thuyết tiến hóa cũng có mô tả sơ lược chi tiết hơn. Nghiên cứu chúng ta khảo sát trong những chương này phản ánh sự nhấn mạnh gần đây.

KHÁI NIỆM CƠ BẢN TRONG TÂM LÝ HỌC SO SÁNH

Có nhiều vấn đề và khái niệm cơ bản làm nền tảng tâm lý học so sánh hiện đại, và ảnh hưởng đến tính chất lập luận và giải thích trong lĩnh vực nghiên cứu này. Trong phần này, chúng ta nghiên cứu một số, và chúng liên quan đến sự tìm hiểu hành vi động vật ra sao.

MÔ TẢ HÀNH VI

Một số khái niệm cơ bản này liên quan đến cách chúng ta mô tả hành vi động vật. Có thể xem là mặc dù mô tả hành vi thực ra là một việc dễ làm nhưng thực ra mô tả và nhận xét của chúng ta thường bị ảnh hưởng trực tiếp bởi quan niệm của chúng ta về hành vi là gì. Như chúng ta đã biết trong Chương 2, những gì chúng ta nhìn thấy chịu ảnh hưởng rất mạnh bởi những gì chúng ta mong sẽ thấy, và những gì chúng ta thấy khi nghiên cứu hành vi động vật không phải là ngoại lệ đối với ảnh hưởng này.

Thuyết hình người và thuyết vật linh

Bất cứ khi nào quan sát hành vi động vật, thường có khuynh hướng ấn định ý nghĩa hay mục đích cho những gì chúng ta đang nhìn – đây là một phần trong cách tìm hiểu ý nghĩa thế giới. Nhưng chúng ta nhận thấy rằng mình không suy luận mục đích hay chủ ý hành vi động vật một cách vô thức khi thực tế chưa chắc chắn rằng động vật có thể hiện mục đích hoặc chủ ý hay không. Có lẽ minh họa cực đoan nhất của xu hướng này là trong **thuyết hình**

người – khuynh hướng xem động vật như thể chúng là con người, và phải có cảm xúc, ý kiến và chủ ý của con người đưa vào cách hiểu của chúng ta về hành vi động vật. Một phần đây là cách suy nghĩ mà con người rất dễ rơi vào – giống như **thuyết vật linh**, trong đó chúng ta đối xử với đồ vật trong thế giới vật lý của mình như thể chúng có đời sống và có tri giác. Trò chuyện với ô tô hay máy tính của bạn là hình thức thuyết vật linh thời hiện đại, mặc dù chúng ta có thể cười họ, nhưng số người này rất phổ biến.

Nhưng mặc dù cả thuyết vật linh lẫn thuyết hình người là những khuynh hướng rất phổ biến trong suy nghĩ con người, chúng thực sự cản trở khả năng nghiên cứu thế giới một cách khách quan và vô tư. Các nhà tâm lý học so sánh đã dành nhiều thời gian phát triển kỹ thuật chính xác để quan sát hành vi động vật, trong một nỗ lực làm giảm khả năng có thể xảy ra điều này. Một số nhà nghiên cứu hiện đại cho rằng có thể đi quá xa: trong một số trường hợp, một số động vật thực sự có kế hoạch và dự định, và phải hiểu những gì chúng đang làm khi chúng ta cần phải nhận dạng và thừa nhận những điều này nhưng không rơi vào bẫy thuyết hình người. Nhưng nói chung, phương pháp luận so sánh tập trung vào nỗ lực mô tả hành vi càng ít suy luận càng tốt.

Trong một cố gắng minh họa các nhà nghiên cứu giải quyết vấn đề này ra sao, Hinde (1970) phân biệt 2 loại mô tả hành vi khác nhau. Thứ nhất là mô tả **các mẫu di chuyển** – mô tả những gì đang diễn ra khi cơ bắp của động vật co thắt. Những mô tả như "chạy", "ngẩng đầu", hay "vẫy đuôi" thuộc loại này: chúng là những mô tả hành động đơn giản ở động vật hay người, và không có gì khác. Loại mô tả hành vi thứ 2 là khi chúng ta mô tả hành vi theo nghĩa **tác động đến môi trường.** Những từ như "uống", "đè đòn bẩy" hay "tìm nhặt một mèo con" là những mô tả hành vi chứ không mô tả chuỗi hành động cơ bắp, nhưng thay vào đó tập trung vào những gì đang diễn ra theo nghĩa tác dụng của chúng. Điều quan trọng nên nhớ là chúng ta đang mô tả điều gì, vì nhầm lẫn các loại mô tả khác nhau sẽ dẫn chúng ta đến sai lầm.

Tiêu chuẩn của Lloyd Morgan

Một trong những công cụ nhận thức mà các nhà tâm lý học so sánh thường sử dụng trong cố gắng mô tả hành vi của mình, là một nguyên tắc gọi là **tiêu chuẩn Lloyd Morgan.** Năm 1894, Morgan cho rằng một hành động hay chuỗi hành động không nên được hiểu như là kết quả của một quá trình suy nghĩ cấp cao, nếu có thể được hiểu bằng cơ chế cơ bản nhiều hơn. Như một phần trong lập luận này, Lloyd Morgan sử dụng khái niệm cho rằng một số cơ chế hành vi thuộc loại "thang tâm lý" thấp hơn một số cơ chế hành vi khác. Những từ như "hiểu biết" hay "suy nghĩ" ngụ ý cấp nhận thức tâm lý cao, trong khi "tập quen" hay "thói quen" mô tả các quá trình tâm lý thấp hơn và tượng trưng mức độ tiến hóa nguyên thủy hơn.

Morgan cho rằng động vật thể hiện nhiều hình thức tiến hóa nguyên thủy hơn con người (chính điều này gây nhiều tranh luận), vì thế cơ chế tâm lý mà chúng sử dụng cũng nguyên thủy hơn. Ngoài ra, để sử dụng mức độ giải thích cao hơn khi mức độ thấp hơn thích hợp, chắc chắn làm cho người quan sát dễ rơi vào chiếc bẫy thuyết hình người. Vì thế, tiêu chuẩn của Lloyd Morgan phát biểu rằng mô tả hành vi động vật nên luôn luôn sử dụng mức độ thấp nhất nếu có thể.

Dao cạo Occam

Tiêu chuẩn của Lloyd Morgan đôi khi mô tả tương đương với dao cạo Occam – **nguyên tắc chi li** do William xứ Occam phát triển vào thế kỷ 14. Dao cạo Occam phát biểu rằng đối mặt với sự lựa chọn ngang nhau giữa cách giải thích sự vật chi li, dễ hiểu và giải thích phức tạp hay tinh vi thì chúng ta nên chọn giải thích chi li. Một số nhà nghiên cứu xem điều này cũng giống như tiêu chuẩn của Lloyd Morgan. Nhưng thực ra không phải, bởi vì đôi lúc, cố duy trì giải thích thang độ tâm lý "thấp nhất" thực sự làm cho lập luận phức tạp và rườm rà hơn mức cần thiết.

Chẳng hạn, giải thích kích thích – phản ứng đối với một số loại hành vi động vật lý thú hơn có thể rất rườm rà: nhu cầu suy luận quá trình tâm lý thấp hơn có thể làm chúng phức tạp hơn cần thiết nếu lý thuyết gia chuẩn bị suy luận quá trình tâm lý cao hơn. Vì thế, điều này không phải lúc nào cũng trùng hợp với nguyên tắc chi li. Dù sao, tiêu chuẩn của Lloyd Morgan đã và đang còn nhiều ảnh hưởng trong việc định hướng tâm lý học so sánh. Và điều chắc chắn vào thời điểm tiêu chuẩn được đề xuất lần đầu tiên khi nhiều giải thích hành vi động vật được cho là khoa học mang tính giai thoại và thiếu tính khách quan.

SỰ TIẾN HÓA

Có lẽ khái niệm cơ bản nhất trong số tất cả khái niệm trong tâm lý học so sánh là khái niệm sự tiến hóa. Thuyết tiến hóa do Charles Darwin đề xuất năm 1859, cho rằng mọi hình thái đời sống trên trái đất có thể xem liên kết với nhau thông qua sự phát triển chủng loài, Darwin đi đến lập luận cho rằng chủng loài phát triển qua một quá trình **chọn lọc tự nhiên,** những cá thể trong chủng loài thích hợp cho sự tồn tại nhiều nhất sẽ tiếp tục lai giống và kéo dài mãi đặc điểm thuận lợi của chúng, trong khi cá thể kém phù hợp với yêu cầu của môi trường ít có khả năng tồn tại hơn. Qua thời gian rất dài, nếu yêu cầu môi trường vẫn không đổi một cách hợp lý, điều này có nghĩa chủng loài dần dần thay đổi thích nghi với môi trường. Đây là quá trình tiến hóa.

Chọn lọc tự nhiên

Darwin đi đến kết luận về chọn lọc tự nhiên thông qua sự quan sát nhiều động, thực vật trên khắp thế giới. Một trong những minh họa ông đưa ra liên quan đến nhiều loài chim họ sẻ do ông phát hiện trên quần đảo Galapagos, ngoài khơi Nam Mỹ. Điều rõ ràng vào thời điểm này hay thời điểm khác trong quá khứ, những chim họ sẻ này bắt nguồn cùng một chủng loài nhưng Darwin nhận thấy chim cư trú ở các đảo khác nhau thay đổi rất khó thấy trong cách làm cho chúng thích nghi với nguồn cung cấp thức ăn có sẵn.

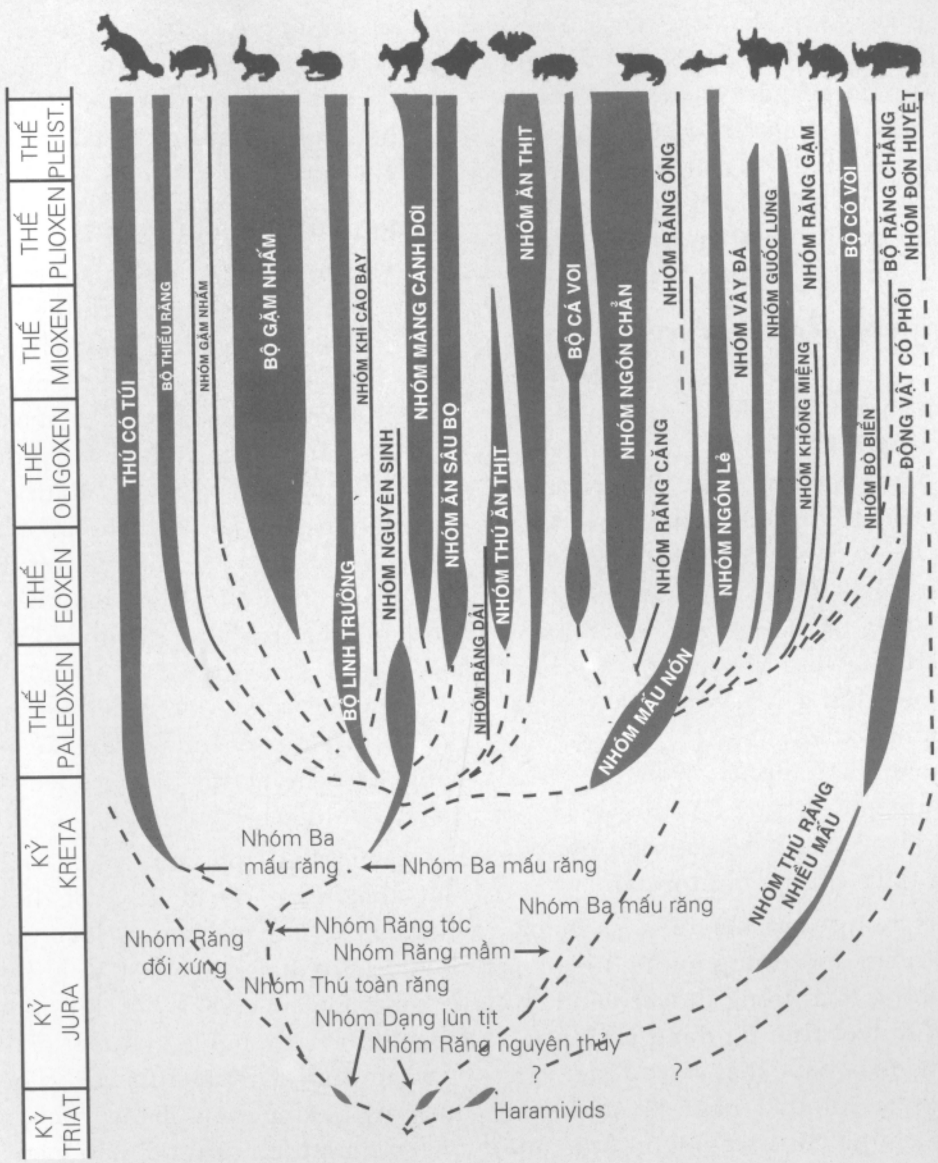
Vì thế, chẳng hạn những chim sống trên đảo nơi nguồn cung cấp thức ăn chính là quả hạch hay hạt vỏ cứng đã phát triển mỏ dày, khỏe giúp chúng mổ vỡ vỏ dễ dàng. Những chim có mỏ dày hơn dễ kiếm được thức ăn hơn, do đó khỏe hơn và phù hợp hơn số chim họ sẻ khác, vì chúng được cho ăn tốt hơn. Điều này có nghĩa chúng sống sót qua những điều kiện cực kỳ khắc nghiệt, như mùa đông băng giá hay hạn hán nghiêm trọng sẽ tồn tại tốt hơn số chim có mỏ không khỏe, vì thế qua thời gian hầu hết số chim họ sẻ trên đảo ấy có thể bắt nguồn từ những cá thể này.

Sự phát sinh chủng loài

Darwin cho rằng qua nhiều triệu năm, đời sống hữu cơ phát triển thành nhiều chủng loài qua quá trình chọn lọc tự nhiên. Thuyết của ông cũng ngụ ý rằng có thể phát hiện mối quan hệ giữa các chủng loài theo nghĩa lịch sử tiến hóa. Lịch sử tiến hóa của một chủng loài còn gọi là **sự phát sinh chủng loài,** và sự tiến hóa của chủng loài nói chung thường được mô tả dưới dạng cây phát sinh chủng loài (xem Hình 22.1). Trong một cây như thế, chủng loài hiện đang sống sẽ được tượng trưng ở đầu mỗi nhánh, nhưng các nhánh tượng trưng "họ" của loài, phát triển từ tổ tiên chung.

Vì thế, chẳng hạn trong một cây phát sinh chủng loài chung tượng trưng cho sự

Hình 22.1 Cây phát sinh chủng loài


KỶ TRIAT
KỶ JURA
KỶ KRETA
THẾ PALEOXEN
THẾ EOXEN
THẾ OLIGOXEN
THẾ MIOXEN
THẾ PLIOXEN
THẾ PLEIST.
THÚ CÓ TÚI
BỘ THIẾU RĂNG
NHÓM GẶM NHẤM
BỘ GẶM NHẤM
BỘ LINH TRƯỞNG
NHÓM KHỈ CÁO BAY
NHÓM NGUYÊN SINH
NHÓM MÀNG CÁNH DƠI
NHÓM ĂN SÂU BỌ
NHÓM RĂNG DẢI
NHÓM THÚ ĂN THỊT
NHÓM ĂN THỊT
BỘ CÁ VOI
NHÓM NGÓN CHẴN
NHÓM RĂNG CĂNG
NHÓM RĂNG ỐNG
NHÓM MẤU NÓN
NHÓM NGÓN Lẻ
NHÓM VÂY ĐÁ
NHÓM GUỐC LƯNG
NHÓM KHÔNG MIỆNG
NHÓM RĂNG GẶM
BỘ CÓ VÒI
NHÓM BÒ BIỂN
ĐỘNG VẬT CÓ PHÔI
BỘ RĂNG CHẮNG
NHÓM ĐƠN HUYỆT
NHÓM THÚ RĂNG NHIỀU MẤU
Nhóm Ba mấu răng
Nhóm Ba mấu răng
Nhóm Ba mấu răng
Nhóm Răng tóc
Nhóm Răng mầm
Nhóm Răng đối xứng
Nhóm Thú toàn răng
Nhóm Dạng lùn tịt
Nhóm Răng nguyên thủy
?
?
Haramiyids

phát sinh chủng loài động vật có vú, con người thấy mình nằm ở đầu nhánh "linh trưởng" với các loài khỉ lớn khác – hắc tinh tinh, bonobo (động vật thường được gọi là hắc tinh tinh lùn nhưng ngày nay được xem là một chủng loài khác), khỉ gorilla và đười ươi – như những láng giềng gần nhất. Nhưng điều này không có nghĩa các chủng loài hiện tại bắt nguồn từ bất kỳ chủng loài khác – chúng ta không phải bắt nguồn từ hắc tinh tinh hay động vật linh trưởng đang sống bất kỳ khác. Điều có nghĩa là có một **tổ tiên chung** ở phía dưới cây – nghĩa là, cách đây rất lâu, ngay trước khi các nhánh chia thành nhiều chủng loài riêng biệt. Quân số tách riêng của tổ tiên chung ấy, qua chọn lọc tự nhiên, phát triển thành những loại khỉ lớn khác nhau.

Trở ngược lại cây (nói cách khác trở ngược về thời gian), chúng ta nhận thấy có những kết nối khác – hay đúng ra, sự phân chia ban đầu diễn ra ở các quần số động vật khác nhau. Nhánh dẫn đến họ vượn xuất hiện kế tiếp vì chúng cũng là khỉ. Trở ngược hơn nữa chúng ta đến điểm nơi khỉ và khỉ lớn tách thành những nhóm riêng, trở ngược hơn nữa chúng ta thấy họ khỉ đuôi sóc, phân nhánh từ cây tiến hóa thậm chí còn sớm hơn khỉ.

Tính đa dạng sinh học và đa dạng hành vi

Khái niệm cây phát sinh chủng loài mang ngụ ý rõ ràng rằng, chủng loài này không tốt hơn, hay kém hơn, hay tiến bộ hơn chủng loài khác mà chỉ khác nhau. Một động vật chân trên đầu như mực ống chẳng hạn tượng trưng cho sự phát triển tiến hóa phức tạp, cũng như thích nghi với môi trường như con người. Sự tiến hóa đưa các chủng loài khác nhau theo nhiều hướng khác nhau. Thực ra nó không bao hàm ý nghĩa "tiến bộ" hay thay đổi hướng đến mục tiêu cuối cùng – thay vào đó nó chỉ liên quan đến những thích nghi giúp chủng loài tồn tại.

Vì mọi chủng loài thể hiện sự thích nghi khác nhau, một trong những nguyên tắc quan trọng nhất trong thuyết tiến hóa hiện tại là thuyết **tính đa dạng sinh học.** Một chủng loài này khác với động vật khác chính là lợi thế, nhất là sự khác nhau giúp chúng có được nguồn thức ăn mà các động vật khác không ăn được, hay kiếm được thức ăn, hay nuôi con hiệu quả hơn chủng loài cạnh tranh. Vì thế giới động, thực vật phức tạp, hàng triệu năm tiến hóa tạo ra rất nhiều sự khác nhau giữa các chủng loài khác nhau.

Sự tiến hóa cũng tạo nên vô số tính đa dạng ở hành vi động vật, chúng ta sẽ khảo sát một số minh họa về tính đa dạng này trong 2 chương sau. Mặc dù một số nhà tâm lý học so sánh cố nhận dạng những nguyên tắc độc đáo về hành vi động vật và bỏ qua tính đa dạng, nhưng số khác quan tâm tìm hiểu tính đa dạng trong hành vi động vật có thể cho chúng ta biết ra sao về dải kết quả mà áp lực tiến hóa tạo ra, và sử dụng tính đa dạng này để tìm kiếm nguyên tắc phát sinh cơ bản hơn là những quy luật hay tính đều đặn giả tạo.

Thang phát sinh chủng loài

Điều quan trọng không nên nhầm lẫn khái niệm cây phát sinh chủng loài với **thang phát sinh chủng loài.** Thang phát sinh chủng loài là một khái niệm mà một số chứ không phải tất cả các nhà tâm lý học so sánh nhận thấy bổ ích. Nhưng đây là khái niệm cần được xử lý thận trọng vì rất dễ dẫn đến kết luận nhầm lẫn. Nói chung, thang phát sinh chủng loài là thang chọn một đặc điểm duy nhất chẳng hạn như khả năng tập quen và đặt chủng loài theo thứ tự của khả năng này. Hodos và Campbell (1969) đề cập thang thường đặt con người lên hàng đầu, kế đó xếp hạng các chủng loài khác theo thứ tự giảm dần tính từ con người.

Thang phát sinh chủng loài có thể là một khái niệm rất bổ ích với điều kiện chúng ta xem thang như sự khái quát hóa rộng. Chẳng hạn các nhà tâm lý học sinh lý (như Green, 1987) đôi khi tìm thấy thang bổ ích khi nghiên cứu sự phát triển của não dưới dạng khả năng tập quen và thích nghi tăng dần. Bằng cách nghiên cứu sự phát triển cấu trúc não theo khung này, có thể nhận thấy cấu trúc tiến hóa ra sao và liên quan với những đặc điểm tâm lý quen thuộc của người hay động vật như thế nào.

Minh họa, khác về khái niệm phát sinh chủng loài có thể bổ ích đến mức nào là phải nghiên cứu sự khác nhau của vỏ não (phần não liên quan đến trí nhớ và liên tưởng) trong các nhóm chủng loài khác nhau. Bằng cách lập sơ đồ những chủng loài trên thang phát sinh chủng loài gần đúng, chúng ta nhận dạng một số phát triển hệ thống về kích thước và tính phức tạp của vỏ não, chúng ta tương quan những phát triển ấy với những gì mình biết về cách hệ thần kinh nghĩ ra hành vi. Trong Chương 10, chúng ta nhận thấy Hubel (1979) chứng minh có sự tăng dần kích thước của não ở động vật có xương sống, với sự tăng dần ấn tượng ở động vật có vú và nhất là ở loài linh trưởng. Sự tăng dần kích thước não tương quan với tính thích nghi hành vi và dựa vào tập quen ngày càng tăng.

Nhưng loại thang phát sinh chủng loài chỉ là cách xếp loại chủng loài duy nhất, chứ không phải là cách duy nhất. Chẳng hạn, hoàn toàn có thể hình thành thang phát sinh chủng loài trên cơ sở bỏ khoảng cách liên quan đến kích thước cơ thể, thang như thế có thể kết thúc bằng bọ chét và bọ đuôi bật ở trên cùng, con người nằm thật thấp phía dưới – thấp hơn chuột túi và chuột nhảy. Vì thế, điều quan trọng nên nhớ việc chọn thang mang tính tùy tiện thuần túy: chính chúng ta, trong tư cách con người, chọn biến số và đặt chính mình lên hàng đầu. Mặc dù cũng có giá trị trong việc biểu thị chủng loài nào giống với chúng ta nhất theo một cách nào đó, điều này không có nghĩa rằng thang phát sinh chủng loài có thể được xem là một sự thật tùy tiện hay khó hiểu, đây chỉ là một sự khái quát hóa chỉ gần đúng.

SỰ DI TRUYỀN

Di truyền là khái niệm cơ bản khác trong tâm lý học so sánh. Đây cũng là khái niệm cơ bản trong lý thuyết tiến hóa, vì toàn bộ chọn lọc tự nhiên lệ thuộc vào sự di truyền đặc điểm có lợi từ thế hệ này sang thế hệ khác. Như chúng ta đã biết trong Chương 10, nhân của mỗi tế bào của cơ thể sống có những cấu trúc gọi là **nhiễm sắc thể**, được hình thành từ những chuỗi dài gồm các phân tử ADN (ADN viết tắt deoxyribonucleic acid), mang thông tin về sự phát triển của động hay thực vật – khả năng cơ thể có thể phát triển nếu môi trường phù hợp với sự phát triển ấy. Một đoạn ADN mã hóa sự phát triển cụ thể gọi là **gien.** Nhiễm sắc thể được tìm thấy từng cặp, mỗi gien có một cặp phối hợp gọi là **gien tương ứng**, nằm trên nhiễm sắc thể khác.

"Thiết kế" phát triển di truyền này được hình thành vào thời điểm thụ thai. Từ đó về sau, nó được tái tạo trong mỗi tế bào của cơ thể khi cơ thể sống phát triển. Ở các giai đoạn phát triển khác nhau, các gien cụ thể – chuỗi ADN – sẽ kích hoạt sự tổng hợp một chất đạm cụ thể ở một bộ phận cơ thể tương ứng, thông qua hoạt động của "phân tử thông tin" được sao chép từ ADN, do ARN - ribonucleic acid – hình thành. NRA phối hợp với các axít amin trong cơ thể tạo ra chất đạm mới và đến lượt chất đạm này kích hoạt sự phát triển của các loại tế bào mới chẳng hạn như tế bào tóc hay xương.

Khi một cơ thể sống mới thụ thai, do sự phối hợp tế bào từ cá thể đực và cái, bào thai được hình thành có yếu tố di truyền của mỗi cá thể bố mẹ. Nhưng nếu chỉ đơn thuần phối hợp nhiễm sắc thể của mỗi cá thể bố mẹ thì kết thúc với số lượng gấp hai lần cá thể bố mẹ. Vì thế tế bào sinh sản đặc biệt – tinh trùng và trứng – chỉ chứa một nửa số nhiễm sắc thể của mỗi cá thể bố mẹ. Khi một tế bào sinh sản kết hợp với một tế bào sinh sản khác, sẽ tạo ra một tập hợp hoàn chỉnh.

Kiểu gien và kiểu hình

Những gì điều này ngụ ý là mỗi cơ thể sống mới được hình thành thông qua sự sinh sản hữu tính về mặt di truyền khác với cá thể bố mẹ. Cơ thể sống mới sẽ kế thừa một số đặc điểm gien từ một cơ thể bố mẹ này và một số đặc điểm gien từ một cơ thể bố mẹ khác, có rất nhiều sự phối hợp có thể diễn ra. Vì thế, điều này đảm bảo rằng trong một chủng loài nhất định, có sự biến dạng và đa dạng - mỗi cá thể khác với phần còn lại. Một số biến dạng này mặc dù có thể không rõ vì một số gien mang tính **trội** so với gien khác: nếu hai gien tương ứng trái ngược nhau trong thông tin, thì một gien tương ứng theo thói quen thể hiện sự phát triển của cơ thể sống trong khi gien tương ứng kia thì không.

Chẳng hạn, có một gien hiếm ở một số người có nghĩa là cá thể có 6 ngón tay chứ không phải 5 ngón bình thường. Gien không thể hiện thường xuyên vì gien 5 ngón mang tính trội, và sẽ "thắng cuộc" nếu cá thể thừa kế cả hai. (Lý do khác giải thích tại sao bạn không thường thấy người có 6 ngón vì ngón dư thường được giải phẫu cắt bỏ lúc mới sinh, nhưng đây là vấn đề xã hội và không liên quan gì đến di truyền học).

Mặc dù, từ điều này chúng ta nhận thấy có sự khác nhau giữa sự bổ sung gien đầy đủ mà cá thể kế thừa và đặc điểm gien họ thể hiện trong sự phát triển của mình. Chúng ta gọi tập hợp tiềm năng gien đầy đủ mà cá thể có trong tế bào là **kiểu gien.** Kiểu gien được ấn định lúc thụ thai, không thay đổi trong đời người. Đây là mẫu khả năng có thể được mã hóa trong chuỗi ADN nhiễm sắc thể của cá thể.

Nhưng không có gien nào hoạt động độc lập trong môi trường của mình. Dinh dưỡng cá nhân, tính có sẵn các axit amin, yêu cầu tự nhiên trong môi trường cá thể đang sống, vô số yếu tố khác có nghĩa là từ thời điểm gien khởi sự quá trình tổng hợp chất đạm, thì môi trường đã có ảnh hưởng đối với những gì đang diễn ra. Cơ thể sống phát triển thực sự không phải là một sản phẩm đơn giản của kiểu gien, mà là **kiểu hình:** kết quả của sự tương tác giữa gien và môi trường.

Kiểu hình của cá thể dù là động vật hay người liên tục thay đổi và phát triển vì môi trường tiếp tục tương tác với tiềm năng gien của cơ thể sống. Goldspink (1992) chứng minh những thay đổi trong sự phát triển cơ bắp diễn ra sau một thời gian tập thể dục vận động do kết quả tương tác gien liên tục với yêu cầu môi trường. Những thay đổi này là do sự phát triển các loại sợi cơ khác nhau tùy thuộc vào việc cá thể có tập hoạt động với những đợt dồn dập ngắn như chạy nước rút hay nỗ lực cơ bắp kéo dài như tập cử tạ hay không. Gien và môi trường tương tác với nhau liên tục. Như chúng ta đã biết trong Chương 6, một số vấn đề phương pháp luận phát sinh nghiêm trọng vì một số nhà nghiên cứu nhầm lẫn giữa kiểu gien và kiểu hình, và cho rằng một số khía cạnh phát triển do gien quyết định và cố định. Nhưng thực tế lại khác.

Tập hợp gien

Nhưng mặc dù cá thể khác nhau, toàn bộ đặc tính có thể chỉ là những gì có sẵn trong **tập hợp gien,** là tổng số gien có được bằng cách sinh sản quần số các thành viên trong chủng loài ấy. Do đó, chính gien mới có thể được thể hiện trong sự phát triển qua tất cả sự giao phối có thể trong nhiều thế hệ. Tập hợp gien gồm các gien lặn, biểu hiện rõ khi có sự giao phối giữa các cá thể họ hàng với nhau cũng như các gien trội được thể hiện trong kiểu hình.

Mặc dù có nhiều biến dạng trong một tập hợp gien nhất định, nhưng đối với chủng loài không thể có được một đặc điểm mới hoàn toàn mà không có cơ chế khác. Cơ chế này gọi là **sự đột biến.** Thỉnh thoảng, một gien mới xuất hiện tạo ra một đặc điểm hoàn toàn mới. Sự đột biến thường được nghĩ phát sinh vì sao chép sai – khi hình thành tế bào sinh sản, một chuỗi ADN không được sao chép đúng, vì thế đặc điểm mà nó tạo ra sẽ mới. Hầu hết sự đột biến không giúp cơ thể sống tồn tại, và những đột biến cực đoan thường không tồn tại trong tử cung. Những đột biến khác làm cho cá thể vô sinh. Nhưng đôi khi đột biến thể hiện tương đối nhỏ, không ảnh hưởng đến phần hoạt động chức năng còn lại của cơ thể sống.

Nếu sự đột biến không ảnh hưởng đến sự tồn tại thì cơ thể sống non trẻ sẽ phát triển đến tuổi trưởng thành và truyền cho con cháu. Dĩ nhiên, nếu đột biến thực sự giúp cá thể tồn tại thì chọn lọc tự nhiên sẽ đóng vai trò và gien mới trở thành một bộ phận trong tập hợp gien của chủng loài ấy. Minh họa cho điều này là sự xuất hiện gien chân ngắn ở cừu, diễn ra tự phát khoảng năm 1800, trở thành một đặc điểm cố định ở cừu vì nông dân cố ý cho số cừu chân ngắn giao phối để tạo ra một loại cừu mới. Mặc dù nó được chọn lọc do bởi sự can thiệp của con người (chọn lọc) hơn là chọn lọc tự nhiên, gien chân ngắn ban đầu đã được đột biến, trở thành một biến thể được xác định trong chủng loài cừu, do đó bổ sung vào tập hợp gien.

THUYẾT HÀNH VI VÀ TẬP TÍNH HỌC

Như đã nêu tâm lý học so sánh được hình thành do sự phối hợp hai trường phái tư duy khác nhau trong nghiên cứu hành vi động vật: truyền thống thí nghiệm Mỹ, chọn tiếp cận thí nghiệm để nghiên cứu sự tập quen và động cơ thúc đẩy ở động vật, được định hướng theo trường phái tư duy theo thuyết hành vi, và truyền thống tập tính học châu Âu quan tâm nghiên cứu hành vi động vật trong môi trường tự nhiên thông qua quan sát nhiều hơn. Hai truyền thống này cũng tượng trưng những cách tiếp cận cơ bản trong tâm lý học so sánh hiện đại.

Thuyết Hành vi

Trong suốt thế kỷ 20, thuyết Hành vi, hiện thân là J.B. Watson và B.F. Skinner, đã chi phối truyền thống thí nghiệm trong tâm lý học so sánh. Như chúng ta đã biết trong Chương 1, thuyết Hành vi là một nỗ lực đặt tâm lý học trên một nền tảng vững chắc, khách quan, và được cho là khoa học. Tuy nhiên, tiếp cận theo thuyết Hành vi có một số giả định cơ bản về phương pháp khoa học. Một trong số này là **giản hóa luận:** quan điểm cho rằng khoa học nên xúc tiến bằng cách nhận dạng đơn vị liên quan nhỏ nhất, và nghiên cứu hiện tượng phức tạp hơn thông qua cách phối hợp những đơn vị nhỏ này với nhau. Đối với thuyết Hành vi, đơn vị hành vi nhỏ nhất là liên tưởng kích thích – phản ứng tập quen.

Khái niệm cơ bản khác đối với thuyết hành vi là quan điểm cho rằng cơ thể sống nên được xem như một **hộp đen.** Các nhà khoa học quan sát đầu vào, dưới dạng kích thích của môi trường, và đầu ra, dưới dạng hành vi, nhưng không suy đoán những gì diễn ra bên trong. Thuyết Hành vi cho rằng không khoa học khi suy luận rằng một động vật đang thể hiện các quá trình nhận thức chẳng hạn như suy nghĩ hay lập luận. Vì không thể thu thập được chứng cứ suy nghĩ hay lập luận trực tiếp – tất cả có thể được nhìn thấy trong thực tế là hành vi động vật – họ lập luận, suy luận như thế chỉ mang tính tự biện, suy đoán. Chỉ quan sát hành vi trực tiếp mới chính xác và khách quan. Họ cho rằng mọi thứ khác không thể biết được và không liên quan.

Quan điểm này chi phối phần lớn tâm lý học trong nhiều năm, mặc dù dần dần, như chúng ta đã biết ở phần đầu sách này, phương pháp luận được phát triển đã giúp các nhà nghiên cứu tiến hành khảo sát quá trình nhận thức có hệ thống ít nhất ở con người. Bất kể sự tiến bộ trong tâm lý học nhận thức, nhận thức ngày càng tăng về hạn chế nghiêm trọng của tiếp cận theo thuyết Hành vi, nhưng ảnh hưởng của thuyết Hành vi vẫn còn nhiều trong một số lĩnh vực tâm lý học so sánh, mặc dù ngày càng có nhiều chứng cứ đối với một thành phần nhận thức, thậm chí trong tập quen kích thích – phản ứng (xem Chương 18).

Tập tính học

Truyền thống tập tính học trong tâm lý học so sánh khác hẳn. Như chúng ta đã biết trước đây, truyền thống này nổi bật từ truyền thống nghiên cứu lịch sử tự nhiên ở châu Âu: trong hàng trăm năm, con người thu thập và chứng minh sự quan sát thế giới tự nhiên của mình bằng tư liệu. Tập tính học là nghiên cứu hành vi động vật trong môi trường tự nhiên, không được kiểm soát bằng việc sử dụng phòng thí nghiệm. ("Động vật" trong trường hợp này bao gồm hành vi con người – chẳng hạn, chúng ta nghiên cứu một số nghiên cứu tập tính học tương tác bố con trong Chương 20). Vì điều này, tập tính học hoạt động theo nguyên tắc giải thích khoa học hơi khác. Nếu thuyết hành vi tán thành hình thức giải thích giản hóa luận thì nói chung tập tính học sử dụng những gì gọi là **giải thích mục đích luận** – cách giải thích hành vi liên quan với việc chứng minh hành vi ấy thực hiện một chức năng đặc biệt đối với cơ thể sống ra sao. Tập tính học nghiên cứu hành vi trong bối cảnh tiến hóa, và cố nhận dạng một hành vi cụ thể có thể phát triển theo cách bổ ích đối với sự sống còn của động vật ra sao.

Dĩ nhiên, điều này không có nghĩa rằng những nhà tập tính học không hề sử dụng các phương pháp khác. Chúng ta sẽ thấy trong chương sau, nghiên cứu sự hòa đồng ở chim con bắt đầu bằng quan sát tập tính học, sau đó cũng sử dụng nghiên cứu phòng thí nghiệm để lọc ra các cơ chế đặc trưng liên quan. Nhưng chính sự quan sát hành vi trong môi trường tự nhiên trước tiên mới khởi sự nghiên cứu.

Những khái niệm cơ bản này là nền tảng đối với tâm lý học so sánh và thường được các nhà tâm lý học so sánh xem là mặc nhiên. Tất cả các nhà tâm lý học so sánh xem tiến hóa như một quá trình cơ bản, cho dù họ lập luận nên chọn hình thức tiến hóa cụ thể nào – liệu áp dụng tiếp cận sinh học xã hội, tiếp cận phát sinh chủng loài hay một số phiên bản khác. Và thậm chí các nhà tâm lý học không đồng ý với thuyết hành vi nhưng chịu ảnh hưởng của phương pháp luận theo thuyết hành vi khi họ tiến hành nghiên cứu phòng thí nghiệm. Vì thế, trong nghiên cứu tâm lý học so sánh, điều quan trọng là nên nhớ những giả định này.

CƠ CHẾ HÀNH VI

Hành vi được kiểm soát ra sao luôn là câu hỏi trọng tâm trong tâm lý học so sánh. Thường vấn đề này chọn hình thức **tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng**, với một số nhà nghiên cứu như Lorenz hay Morris nhất quyết cho rằng hành vi động vật mang tính bản năng – nói cách khác, mang nguồn gốc di truyền – trong khi những người khác như Skinner hay Pavlov, xem hành vi là được tập quen, có được thông qua cơ chế tập quen trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm.

Tuy nhiên, khi tâm lý học so sánh phát triển, điều dễ thấy là ở đây không có vấn đề dứt khoát rõ ràng. Các nhà tập tính học chứng minh rằng một số hành vi chắc chắn do di truyền quyết định (nói cách khác hoàn toàn do ảnh hưởng của gien). Nhưng sau đó nghiên cứu chi tiết cho thấy những hình thức hành vi khác chắc chắn được tập quen hoàn toàn. Sự phát hiện các giai đoạn tới hạn và nhạy cảm trong phát triển cho thấy cũng có những giai đoạn nửa vời ở giữa – hành vi không hoàn toàn do gien quyết định cũng không thuần túy phát sinh từ tập quen. Ảnh hưởng gien có thể định dạng loại tập quen nào xảy ra, cho dù ảnh hưởng môi trường quyết định liệu một sự việc cụ thể có được tập quen hay không. Dần dần, điều rõ ràng là hành vi động vật thay đổi theo một chuỗi tiếp nối, từ hành vi do gien quyết định cho đến hành vi được tập quen hoàn toàn.

Trong phần này, chúng ta sẽ tìm hiểu cơ chế cơ bản kiểm soát hành vi đã được các nhà tâm lý học so sánh nhận dạng và thảo luận. Trước tiên chúng ta xét hành vi do gien quyết định, kế đến khảo sát cơ chế tập quen mà động vật sử dụng. Sau cùng, chúng ta khảo sát tiếp khái niệm giai đoạn tới hạn và nhạy cảm trong sự phát triển giúp chúng ta có sự liên kết giữa hai thái cực này.

HÀNH VI KIỂM SOÁT DI TRUYỀN

Có nhiều nghiên cứu đáng kể về khái niệm cho rằng một số hình thức hành vi có thể được kiểm soát trực tiếp bằng hoạt động của gien. Nhưng vấn đề luôn nhận dạng hình thức hành vi nào được kế thừa trực tiếp và hình thức hành vi nào được cá thể động vật tập quen. Lorenz và Tinbergen (1938) phát triển một tập hợp 4 tiêu chuẩn để nhận dạng hành vi kế thừa liệt kê trong Bảng 22.2.

Sự trưởng thành

Áp dụng những tiêu chuẩn này, một số nghiên cứu ban đầu về hành vi kế thừa tập trung vào hiện tượng **sự trưởng thành.** Lập luận ở đây liệu hành vi có do di truyền quyết định hay không, sau đó hành vi phải được ấn định vào thời điểm lúc động vật thụ thai lần đầu tiên. Vì thế, điều này có nghĩa động vật thể hiện hành vi thích hợp khi đã đủ lớn, không cần cơ hội tập quen hành vi bất kỳ từ số cá thể khác trong cùng chủng loài. Nếu hành vi có vẻ trưởng thành nhưng không có sự tập quen bên ngoài, thì điều này cho thấy hành vi được kế thừa.

Bảng 22.2 Tiêu chuẩn nhận dạng hành vi kế thừa

1. Hành vi được suy nghĩ rập khuôn luôn xuất hiện trong cùng hình thức.
2. Hành vi mang tính đặc trưng của chủng loài.
3. Hành vi xuất hiện ở động vật được cách ly với các động vật khác cùng loại, vì thế không có cơ hội tập quen.
4. Hành vi có vẻ hoàn toàn phát triển ở động vật đã bị ngăn cản thực hành hành vi ấy.

Nguồn: Phỏng theo Lorenz và Tinbergen, 1938

Khái niệm cho rằng hành vi kiểm soát di truyền nổi bật không có tập quen dẫn đến nhiều nghiên cứu nuôi động vật với những cơ hội tập quen hành vi từ cá thể khác thật hạn chế hay thực hành các thành phần của hành vi. Chẳng hạn, Carmichael (1956) nuôi nòng nọc trong một dung dịch có thuốc gây mê không cho nòng nọc co thắt cơ bắp. Nòng nọc được di chuyển vào chỗ có nước sạch khi nhóm kiểm soát bơi lội thoải mái, số nòng nọc thí nghiệm cũng bắt đầu bơi.

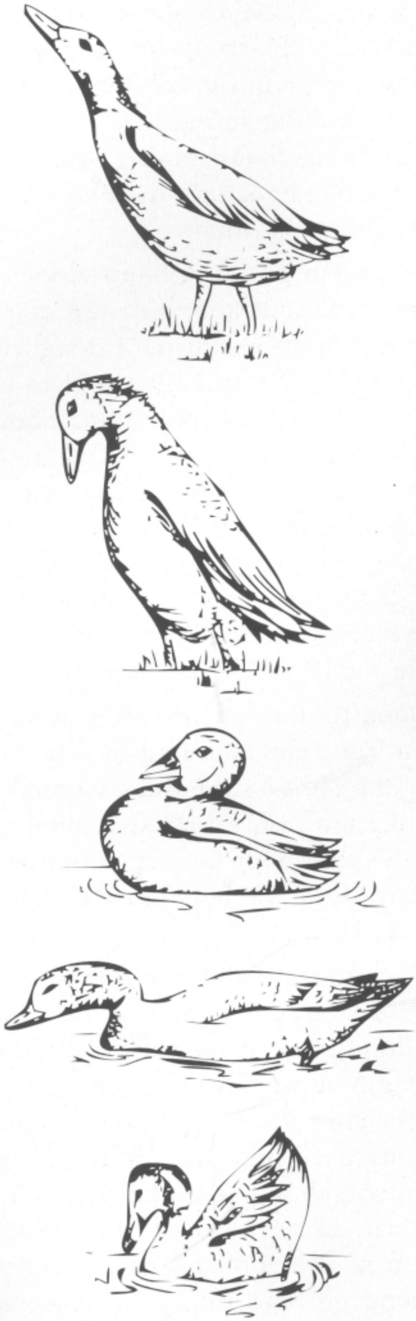
Tương tự, Grohmann (1939) nuôi chim bồ câu trong các hình ống sao cho bồ câu không thể tập vỗ cánh được và nhận thấy điều này tạo ra rất ít sự khác biệt: chúng được thả ra vào lúc số chim kiểm soát bắt đầu bay được và bắt đầu bay hầu như ngay lập tức.

Có chứng cứ khác cho thấy một số hình thức hành vi phát sinh trực tiếp từ ảnh hưởng di truyền., Eibl-Eiblesfeldt (1970) mô tả sóc nuôi trong phòng thí nghiệm bằng thức ăn lỏng vẫn cố gắng chôn quả hạch nếu được cung cấp một ít cho dù sóc không có cơ hội học hỏi điều này ở các động vật khác. Nice (1943) mô tả chim sẻ mới nở vẫn nằm trong ổ để chờ tiếng gọi báo động của chim sẻ bố ngay từ lần nghe được đầu tiên.

Mẫu hành động cố định

Nếu hành vi do di truyền quyết định thì kế đến động vật biểu thị hành vi ấy sẽ không có khả năng thay đổi hành vi ấy được. Vì hành động được ấn định sẵn phải như thế nên không thể thay đổi chúng và tập quen những hành động mới.

Hình 22.2 Hành vi rập khuôn ở vịt



Điều này gọi là **tính định hình:** hành vi sẽ được rập khuôn hay luôn luôn như nhau mỗi lần thực hiện. Vì thế, theo Lorenz và Tinbergen dấu chỉ báo khác giúp chúng ta phân biệt giữa hành vi tập quen và do di truyền quyết định là sự thay đổi của hành vi – nói chung không phải giữa các cá thể vì mỗi cá thể trong một chủng loài lúc nào cũng hơi khác nhau với cá thể khác – nhưng là trong mỗi cá thể.

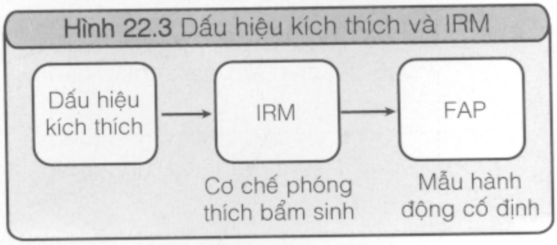
Lorenz (1958) đề cập một số động vật biểu thị mẫu hành vi mang tính định hình cao. Bằng cách ghi lại tiếng vỗ cánh và lao đầu xuống nước của vịt trong diễn tiến thể hiện tìm hiểu, ông chứng minh rằng hành động ở vịt tạo thành một chuỗi có nhịp điệu nói chung không thay đổi khi lặp lại hành động ấy (Hình 22.2). Theo Lorenz, tính định hình này cho thấy hành vi mang tính kế thừa và được di truyền quyết định – hành vi tập quen thể hiện nhiều biến dạng hơn. Chuỗi hành vi cố định, lặp đi lặp lại được Lorenz mô tả còn gọi là **mẫu hành động cố định** hay **FAP**,

Kích thích dấu hiệu và cơ chế phóng thích

Mẫu hành động cố định, nếu xuất hiện, được kích hoạt bằng một kích thích bên ngoài tương đối đơn giản, mỗi lần theo chuỗi như nhau. Tinbergen (1951) nghiên cứu kích thích kích hoạt những hành động này. Ông cho rằng quá trình bao gồm một **cơ chế phóng thích bẩm sinh (IRM)** bên trong, phản ứng với dấu hiệu kích thích bên ngoài. Theo Tinbergen, IRM "phóng thích" mẫu hành động cố định, đã được tiếp sinh lực và sẵn sàng hành động khi thời điểm thích hợp. Kích thích bên ngoài – **dấu hiệu kích thích** – là dấu chỉ báo đây là thời điểm thích hợp (Hình 22.3).

Loại dấu hiệu kích thích kích hoạt IRM rất nhỏ về hình thức và rất đặc trưng. Chẳng hạn, Lack (1943) nghiên cứu sự gây hấn trong vùng của chim cổ đỏ châu Âu,

Hình 22.3 Dấu hiệu kích thích và IRM



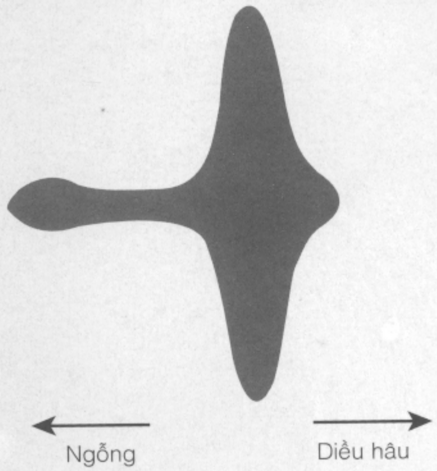
và nhận thấy hành vi này được kích hoạt do chiếc cổ màu đỏ của chim cổ đỏ đang xâm phạm chứ không phải bằng đặc điểm khác bất kỳ của chim này. Tương tự, Tinbergen nhận thấy cá gai trống phản ứng với bụng màu đỏ của các cá gai trống khác. Sử dụng mô hình, ông chứng minh rằng phản ứng gây hấn này có thể được kích hoạt bằng những vật có màu đỏ khác. Câu chuyện diễn ra khi lần đầu ông để ý phản ứng này khi một cá gai nuôi trong bồn gần cửa sổ phòng nghiên cứu bị kích động điên cuồng mỗi khi chuyến xe thư màu đỏ của bưu điện chạy ngang qua!

Tinbergen tiến hành một loạt nghiên cứu tìm hiểu dấu hiệu kích thích và tác động của chúng. Một trong những vấn đề mà ông cùng đồng nghiệp phát hiện là dấu hiệu kích thích được phóng đại đặc biệt cũng tạo ra phản ứng phóng đại ngang bằng. Chẳng hạn, ông nhận thấy chim choi choi đeo vòng thích ấp một quả trứng lớn "siêu bình thường" hơn. Một giải thích được đưa ra để giải thích tại sao chim con sẽ cho chim cu con ăn khi ấp chung trong ổ của mình cho rằng, miệng há hốc rất to của chim cu con hoạt động giống như một loại siêu kích thích đối với chim bố mẹ, làm cho chúng bỏ bê số chim con của mình và tập trung để lo cho kẻ xâm nhập ăn.

Tinbergen nhận thấy cử động cũng liên quan đến hiệu quả cơ chế phóng thích bẩm sinh. Trong một thí nghiệm, Lorenz và Tinbergen xây dựng một mô hình khó hiểu, mang hình dạng con chim đang giương cánh, một đầu có khối u ngắn, đầu kia có khối u dài (Hình 22.4). Nếu được kéo theo một hướng trông giống như con ngỗng đang bay, khi kéo dài phần cổ, nhưng nếu di chuyển theo hướng khác trông giống diều hâu với chiếc cổ ngắn và cái đuôi dài.

Tinbergen nhận thấy khi đem hình này đặt phía trên số chim con và làm hình cử động thì số chim con sẽ thu mình, "bất động" nếu "đầu" ngắn được kéo dài thì nó trông giống diều hâu, nhưng nếu kéo hình theo chiều khác thì số chim con không thu mình bất động. Vì thế dấu hiệu kích thích trong trường hợp này không phải là hình dạng: mà chính là hình dạng cộng với cử động thích hợp.

Hình 22.4 Hình dạng "diều hâu-ngỗng"



Một số nhà tâm lý học chỉ trích kết luận này, cho rằng có thể số chim con thực ra không phản ứng đối với chính hình dạng mà chỉ phản ứng khi khởi đầu kích thích đột ngột. Vì chiếc cổ ngắn của hình dạng "diều hâu", số chim con nhìn thấy mảng tối đột ngột hơn. Khi được cử động theo hướng "ngỗng", cổ dài có nghĩa là có sự thay đổi dần dần hơn trong kích thích, có thể mang tính cảnh báo ít hơn. Nhưng chỉ trích này thực ra không ảnh hưởng đến quan điểm cho rằng ngỗng con có phản ứng bẩm sinh được kích hoạt: nó chỉ liên quan đến việc kích thích ấy cụ thể trong cấu trúc trung tính của chim con như thế nào.

Tập hợp tiêu chuẩn ban đầu do Lorenz và Tinbergen phác họa năm 1938 để nhận dạng hành vi kế thừa không bao hàm sự có mặt của dấu hiệu kích thích, tuy nhiên, trong những năm gián đoạn, các nhà tâm lý học so sánh đi đến việc xem xét điều

Bảng 22.3 Đặc điểm các mẫu hành động cố định

1. *Tính định hình*	Hành vi luôn xảy ra trong cùng hình thức.
2. *Tính phổ biến*	Hành vi xảy ra ở mọi thành viên của chủng loài.
3. *Tính độc lập kinh nghiệm*	Hành vi có vẻ bất kể lịch sử trước đây của cá thể.
4. *Tính dạn đạo*	Hành vi cố định và cứng nhắc một khi được kích hoạt: hành vi không đổi khi động vật thực hiện bất kể tình huống.
5. *Tính duy nhất mục đích*	Hành động chỉ thể hiện trong một bối cảnh, không áp dụng cho các tình huống khác, cho dù nó hữu ích.
6. *Kích hoạt kích thích*	Hành vi được kích hoạt đáng tin bằng một kích thích hay tập hợp kích thích quen thuộc.

Nguồn: Phỏng theo Lea, 1984

này như một đặc điểm quan trọng của hành vi kế thừa. Lea (1984) liệt kê 6 đặc điểm mà các mẫu hành động cố định thường có, và thường được dùng để biểu thị rằng hành vi liên quan được kế thừa. Những đặc điểm này được cung cấp trong Bảng 22.3. Mặc dù một số tiêu chuẩn này giống hệt với những tiêu chuẩn của Lorenz và Tinbergen, nhưng sự có mặt của dấu hiệu kích thích sẽ kích hoạt hành vi lúc này được bao hàm như một trong những tiêu chuẩn nhận dạng hành vi theo bản năng.

Nghi thức hóa

Huxley (1914) nhận xét hành vi của loại chim lặn có màu lớn trong mùa kết bạn. Ông nhận thấy hành vi của chúng có vẻ bao gồm một tập hợp các nghi thức tinh vi trước khi giao phối. Những nghi thức này – ông mô tả là **thể hiện tìm hiểu** – luôn có chuỗi hành động tương tự tiếp theo sau. Nhiều hành động giống với hành động diễn ra trong đời sống hàng ngày nhưng hoàn toàn không giống nhau. Chẳng hạn, một phần nghi thức bao gồm con trống ngậm cỏ đưa cho con mái, như thể đó là thức ăn, con mái ngậm lấy cỏ, di chuyển cọng cỏ như thể nó đang ăn. Tuy nhiên, quan sát kỹ hơn cho thấy thực ra chim không ăn "thức ăn" – hành động diễn ra theo hình thức cách điệu, nghi thức chứ không phải hành động diễn ra trong sinh hoạt thường nhật thông thường.

Lorenz (1966) tiến hành nhiều nghiên cứu quan sát những cuộc chạm trán tấn công theo nghi thức ở động vật và nhận thấy trong nhiều chủng loài, tranh chấp vùng hay những sự kiện như thế có vẻ bao gồm **thể hiện đe dọa** nghi thức nhưng thực ra không tấn công. Theo Lorenz, những thể hiện như thế rất đáng giá đối với chủng loài vì chúng ngăn cản động vật không làm hại lẫn nhau, nếu không sẽ dễ bị động vật ăn thịt bên ngoài tấn công.

Thể hiện sự tấn công theo nghi thức mà Lorenz mô tả thường bao gồm việc thể hiện **vũ khí tự nhiên** của chủng loài, chẳng hạn như nhe răng ở loài chó hay mèo giương móng. Vũ khí cũng có thể đi kèm với động vật có bộ dạng làm cho chúng trông dữ tợn hơn chẳng hạn như mèo uốn mình cong lưng nghiêng người về phía trước nhưng không cắn. Ở động vật có vú, thể hiện thường đi kèm với phản ứng dựng lông tóc, lông của động vật dựng đứng lên làm cho chúng trông có vẻ to hơn.

Lý do giải thích tại sao những thể hiện tấn công theo nghi thức này không dẫn đến kết quả tấn công, theo Lorenz là tác dụng mà chúng thể hiện đối với các động vật khác. Nếu động vật khác cũng có cảm nghĩ tấn công ngang bằng – chẳng hạn như có thể xảy ra ở ranh giới vùng – thì sẽ dẫn đến "vũ điệu" nghi thức hình thành một chuỗi hành động tấn công phức tạp, giúp cho mỗi động vật phô bày vũ khí của mình và để phát hiện liệu động vật khác có khả năng mạnh hơn hay không. Sau đó, nghi thức sẽ chấm dứt với một động vật bỏ cuộc.

Khi động vật ngưng cuộc chạm trán tấn công bằng cách thể hiện **diệu bộ nhân nhượng.** Lorenz mô tả điệu bộ nhân nhượng như những hành động nghi thức hóa nhằm mục đích đưa cá thể động vật trở về sự bất lực. Chẳng hạn, chó con cuộn mình, cong lưng khi gặp phải chó gây hấn to hơn. Hành động phơi bày mặt dễ bị thương tổn của động vật, đặt động vật trong một vị thế trong đó động vật tấn công có thể dễ dàng giết chết nó. Bằng cách này, động vật tự đặt mình vào lòng khoan dung của động vật khác. Lorenz cho rằng hành động như thế kích hoạt một phản ứng tự chủ, bản năng kiềm chế sự tấn công hơn nữa đối với động vật chiến thắng. Chó con báo hiệu sự phục tùng bằng cách lăn tròn, vì thế ngăn được sự tấn công của chó lớn.

Thật không may, Lorenz đi đến chỗ ngoại suy theo cách cực đoan trong nhận xét, cho rằng chuột và người thí nghiệm chỉ là chủng loài không có điệu bộ nhân nhượng bẩm sinh như thế, và chính điều này khiến chuột có khả năng sát hại lẫn nhau trong phòng thí nghiệm và trong chiến tranh con người đánh nhau đến chết. Loại ngoại suy này không phổ biến trong tâm lý học so sánh (xem Khung 22.1). Nhưng, như chúng ta đã biết trong các chương khác, có nhiều giải thích khác nhau đối với sự gây hấn ở con người ngay cả trong nghĩa tâm lý học cũng như giải thích kinh tế và chính trị đối với chiến tranh. Theo nghĩa tâm lý học so sánh, một vài nghiên cứu gần đây cho thấy điệu bộ nhân nhượng không phải lúc nào cũng hoạt động như cơ chế "kiềm hãm" bản năng mà Lorenz mô tả. Chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn những quan điểm gây hấn này trong chương sau.

Mô hình nước của hành vi bản năng

Lorenz (1950) phát biểu có hệ thống mô hình hành vi kế thừa và sự nghi thức hóa, tập trung vào quan niệm cho rằng, đối với một "bản năng" bất kỳ, động vật có xu thế cơ bản cần được sử dụng bằng cách thực hiện mẫu hành động cố định. Lorenz cho rằng động vật hình thành **năng lượng hành động cụ thể,** có thể phóng thích chỉ bằng hoạt động cụ thể ấy. Mỗi mẫu hành động cố định khác nhau đều có "bồn chứa" năng lượng hành động cụ thể của chính nó. Khi dấu hiệu kích thích thích hợp xảy ra, các IRM phóng thích năng lượng này, và động vật thể hiện hành vi (Hình 22.5, trang 718).

Dựa trên quan điểm này, Tinbergen (1951) cho rằng mỗi hình thức hành vi bản năng hoạt động theo nguyên tắc hệ thống thứ bậc. Trên cùng hệ thống là trung tâm xu thế chính, tạo ra năng lượng hành động cụ thể thông qua tác động của các nội tiết tố và các yếu tố khác. Quan niệm này cần thiết vì nó rất quan trọng, để giải thích tại sao nhiều mẫu hành động cố định như thế chỉ được phóng thích trong những thời điểm nào đó giống như trong mùa giao phối. Sau đó năng lượng hành động cụ thể chảy xuống cấp thấp hơn kế cận trong hệ thống thứ bậc, dưới dạng các xung động cơ thúc đẩy tạo ra **hành vi mong muốn.** Hành vi mong muốn là hành vi động vật có sự phóng thích các mẫu hành động cố định chắc chắn, chẳng hạn cách cá gai trống đi tuần theo ranh giới vùng của mình hơn là nằm ngay giữa vì nơi đây không chắc gặp phải kình địch.

Nếu một dấu hiệu kích thích thích hợp xảy ra trong môi trường, thì sau đó năng lượng hành động cụ thể chuyển xuống cấp kế tiếp trong hệ thống thứ bậc, là cấp **hành vi hoàn bị** (chính là mẫu hành động cố định). Động vật thực hiện mẫu hành động cố định, thông qua mẫu này, sử dụng hết năng lượng hành động

Khung 22.1 Ảnh hưởng chính trị ngầm trong sinh học 'pop'

Nghiên cứu tổ chức xã hội ở động vật dẫn đến nhiều phép ngoại suy tự biện đối với xã hội loài người, thường được giới truyền thông chú ý với sự phóng đại. Chẳng hạn, năm 1967, Desmond Morris công bố một tiểu luận cho rằng con người thực ra không gì khác hơn "loài khỉ trần truồng" – thực ra mọi người đang hoạt động trong xã hội là thể hiện mặt động vật trong tính tình nhưng ở hình thức ngụy trang. Morris đặt lập luận này trên cơ sở ông rút ra giữa những giải thích về hành vi động vật và thông lệ xã hội ở loài người. Chẳng hạn, ông so sánh việc dựng hàng rào quanh vườn, như hành vi vùng của cá gai, hành động mạo hiểm của giới họa sĩ và nhạc sĩ như sự thể hiện "sinh học" muốn khám phá, và tôn giáo như sự thể hiện thôi thúc "sinh học" để quy phục một động vật thống trị.

Có hai chủ đề trọng tâm trong thuyết loài khỉ trần truồng: gây hấn và tình dục. Phần lớn dựa vào quan điểm của Lorenz, Morris cho rằng con người mang tính gây hấn bẩm sinh, vì điều này là một phần không thể tránh khỏi trong sinh học của chúng ta, nên cố ngăn chặn nó chỉ là hành động vô nghĩa. Chiến tranh là không thể tránh khỏi, chỉ có thể giảm thiểu bằng cách hướng sự gây hấn của con người vào các lối thoát "an toàn" như các môn thể thao ganh đua. Ngoài ra, con người hoạt động tình dục hăng hái nhất trong số tất cả động vật, và đặc điểm giới tính của cơ thể nữ đã tiến hóa để hấp dẫn người nam, kể cả bầu ngực tròn trịa, trên người không lông và lớp mỡ dưới da.

Morgan (1972) chỉ trích chi tiết lý thuyết của Morris và chứng minh rằng phần lớn quan điểm của ông ta dựa trên cơ sở không vững chắc, phải nói là ít nhất. Chúng ta khảo sát một số chỉ trích trong các chương này. Như Lorenz, Morris đặt lập luận của mình trên cơ sở một dải chủng loài rất hạn chế, dựa vào nghiên cứu hành vi của khỉ đầu chó của Washburn và DeVore trong khi phần lớn bỏ qua nghiên cứu khác về các loài linh trưởng có quan hệ gần hơn. Morgan cũng cho rằng một khuyết điểm chính của thuyết là không xem giới tính khác tham gia trong quá trình chọn lọc tự nhiên hay đời sống xã hội. Chẳng hạn, Morris không xét đến mọi yêu cầu tiến hóa bất kỳ phát sinh từ nhu cầu nuôi con. Một khi tính đến sự tồn tại của phái nữ (không chỉ có sự tồn tại của phái nam) thì bức tranh tiến hóa khác hẳn lại hiện ra. Chẳng hạn, một số đặc điểm cơ thể mà Morris quy là "sự hấp dẫn giới tính" đã hình thành ý nghĩa cơ bản một khi xét đến yêu cầu nuôi con. Morgan liên hệ quan điểm phiến diện này với giả định phát sinh từ việc sử dụng đại từ "he" để ám chỉ tất cả loài người (Xem Chương 4).

Thuyết "gien ích kỷ"

Sự phổ biến khác của thuyết tiến hóa được nhiều người biết đến nhưng rất ít chứng cứ được Richard Dawkins đề xuất năm 1976 trong quyển sách nhan đề *Gien ích kỷ*. Mô hình này dựa trên giải thích sinh học xã hội của Wilson, xem con người như những cỗ máy tồn tại "thích hợp" đối với gien của mình. Giải thích phần lớn tự biện của Dawkins mô tả những hành động chẳng hạn như tính bài ngoại, nói dối, ích kỷ và thù địch đối với con ghẻ như những phần "không thể tránh được" trong sự kế thừa sinh học của chúng ta. Những khía cạnh hành vi con người tích cực hơn như hợp tác, tình bạn và tính hay giúp đỡ bị bỏ qua hay được đề cập như thể chúng có phần nào mâu thuẫn với một số nguyên tắc sinh học. Mặc dù lập luận của Dawkins rõ ràng thiếu chứng cứ ủng hộ nhưng dù sao cũng được nhiều người biết đến. Một số khuyết điểm trong lập luận được Hayes (1995) nhận dạng bao gồm những vấn đề do thuyết quyết định sinh học tạo ra, chỉ sử dụng các minh họa chọn lọc, và sử dụng "gien" như một khái niệm huyền bí không liên kết nhiều với khái niệm "gien" do các nhà di truyền học sử dụng.

Dựa vào chứng cứ khoa học mơ hồ đối với những thuyết này, thế tại sao chúng lại phổ biến? Một lời đáp, theo Rose, Kamin và Lewontin (1984) là vì chúng phục vụ chức năng **ý thức hệ** trong xã hội, hợp pháp hóa thông lệ xã hội hiện hữu và thu hút sự chú ý khỏi những vấn đề xã hội có khả năng gây rối. Nếu những vụ bạo động nội thành xảy ra vì con người mang tính gây hấn "tự nhiên" và ích kỷ thì xã hội khiển trách, đổ lỗi cho những người không kiểm soát được "bản năng" của mình. Nếu con người không gây hấn và ích kỷ thì bạo động nội thành tạo ra tất cả các loại vấn đề khó chịu về sự tước đoạt xã hội, chính sách kinh tế bất công và chủ nghĩa phân biệt chủng tộc.

Biện pháp thay thế và chọn lựa xã hội

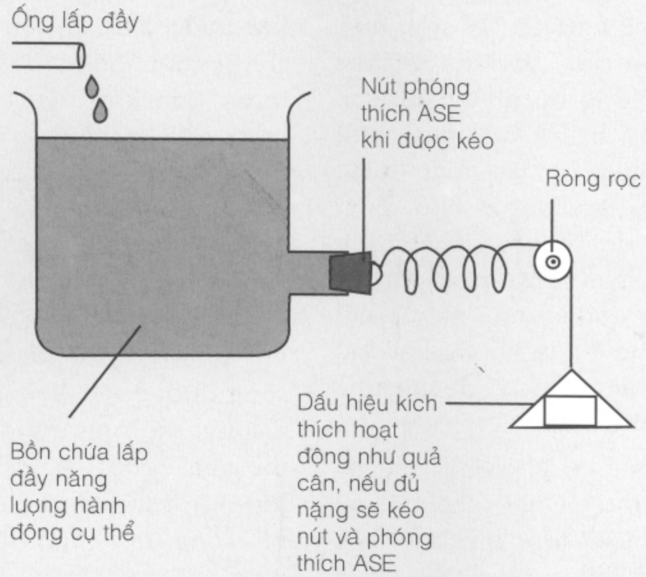
Lúc nào cũng có vô số lý thuyết được đề xuất nhưng chỉ có một số được chú ý. Chẳng hạn, Morgan cũng tìm hiểu một quan điểm tiến hóa khác: **thuyết khỉ nước.** Đây là quan điểm cho rằng, con người trong thời điểm nào đó thuộc quá khứ tiến hóa của mình, có một thời kỳ sống ở ven hồ hay ven biển, cả trong lẫn ngoài vùng nước. Morgan đưa ra nhiều đặc điểm trên cơ thể người có thể giải thích phù hợp theo cách này, con người có vẻ có những điểm chung với những động vật có vú khác đã có thời gian dài sống dưới nước, bao gồm sự tương đối ít lông, và lông được phân bố trên cơ thể của người có "hình dạng thuôn", lớp mỡ dưới da, điều mà động vật có vú sống trên cạn thường không có nhưng là sự cách ly đáng giá khi sống dưới nước, giữa các ngón tay và ngón chân người như thể có màng mỏng, mà các loài linh trưởng khác không có, .v.v...

Theo Morgan, tiếp cận này cũng có ít nhiều chứng cứ khoa học như đối với loài khỉ trần truồng, nhưng chính thuyết của Morris được nhiều người biết đến và trở thành nổi tiếng trong khi thuyết khỉ nước ít người biết đến. Theo Rose, Kamin và Lewontin, có cuộc vận động chính trị ngầm ủng hộ lý thuyết tiến hóa giản hóa luận giống như những thuyết này, và sự phổ biến mà lý thuyết nhận được là kết quả thông điệp chính trị ẩn ý chứ không phải mang tính giá trị khoa học.

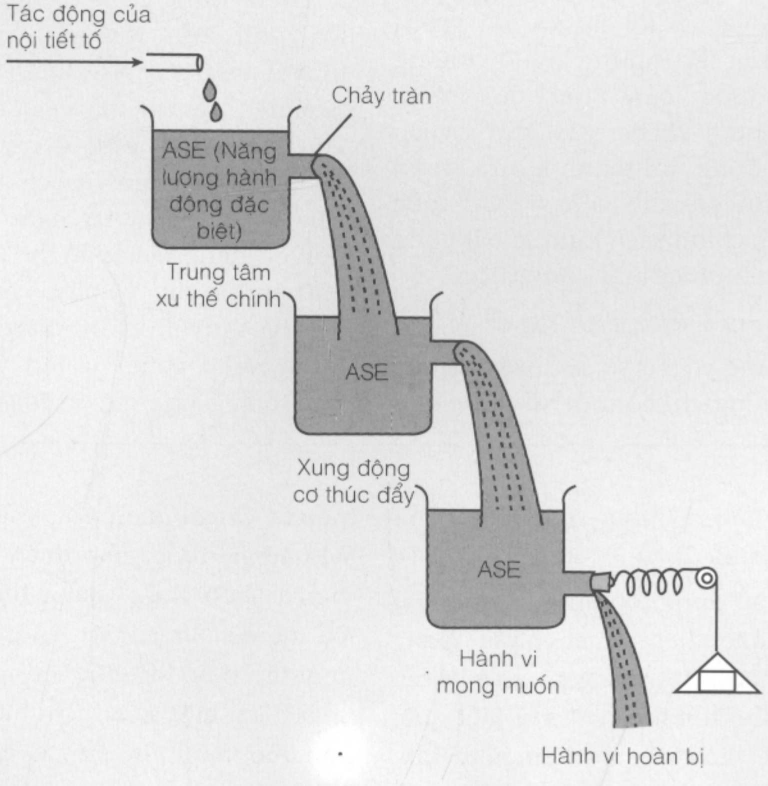
cụ thể (hay "tháo ra", theo nguyên tắc mô hình nước – Hình 22.6).

Tinbergen sử dụng mô hình này để giải thích nhiều đặc điểm khác nhau trong hành vi kế thừa. Một trong số này là các hành vi như thế thường có vẻ bị kiệt quệ: cá gai chỉ thể hiện sự gây hấn ít có khả năng phản ứng với các kích thích khác hay nếu có cá gai phản ứng không mạnh bằng. Mô hình nước giải thích điều này theo nghĩa "bồn chứa" năng lượng hành động cụ thể đã bị cạn kiệt, và phải có thời gian mới lấp đầy. Mô hình cũng được dùng để giải thích một siêu kích thích hoạt động ra sao, mô tả nó như sự gây áp lực mạnh đặc biệt đối với cơ chế phóng thích bẩm sinh.

Hình 22.5 Mô hình hành vi bản năng nước của Lorenz


Ống lấp đầy
Nút phóng thích ASE khi được kéo
Ròng rọc
Dấu hiệu kích thích hoạt động như quả cân, nếu đủ nặng sẽ kéo nút và phóng thích ASE
Bồn chứa lấp đầy năng lượng hành động cụ thể

Hình 22.6 Mô hình nước của Tinbergen


Tác động của nội tiết tố
Chảy tràn
ASE (Năng lượng hành động đặc biệt)
Trung tâm xu thế chính
ASE
Xung động cơ thúc đẩy
ASE
Hành vi mong muốn
Hành vi hoàn bị

Điều này có nghĩa rằng năng lượng hành động cụ thể được phóng thích nhiều hơn sao cho hành vi hoàn bị sẽ được tiếp thêm sinh lực mạnh hơn.

Hiện tượng khác mà mô hình của Tinbergen dùng để giải thích là hiện tượng **thay thế**. Nhiều nhà nghiên cứu quan sát thấy động vật tiến hành một chuỗi tấn công nghi thức, chẳng hạn, đôi khi đột nhiên mổ và có động tác gì đó có vẻ hoàn toàn không liên quan, chẳng hạn như rỉa cánh hay uống nước. Tinbergen giải thích điều này diễn ra khi động vật nhận thấy mình bị thu hút giữa hai phản ứng mạnh như nhau nhưng không thích hợp. Trong ví dụ này, có thể là xu thế tiếp tục hành động gây hấn và xu thế bỏ chạy. Theo Tinbergen, vào những lúc như thế năng lượng hành động cụ thể sẽ "chảy tràn" vào hệ thống bản năng khác, tạo ra một loại hành động hoàn hảo khác.

Chỉ trích mô hình nước

Một vấn đề phát sinh khi các nhà nghiên cứu khảo sát sâu hơn mô hình nước là tác dụng của **sự phản hồi**. Lorenz và Tinbergen cho rằng hoạt động của mẫu hành động cố định – hành động hoàn hảo – sử dụng hết năng lượng hành động cụ thể. Nhưng trong một loạt nghiên cứu, Von Holst (1954) chứng minh rằng kết quả của hành động chính nó tạo ra kích thích khác, dẫn đến kết quả động vật tiếp tục thực hiện hành động.

Một trong những nghiên cứu này về cách ruồi di chuyển sang trái nếu gặp phải một loạt các chấn song thẳng đứng cũng đang di chuyển sang trái. Khi nhận được sự phản hồi, bằng cách xoay đầu ruồi di chuyển sang trái như thế, do chấn song thẳng đứng thậm chí có vẻ di chuyển nhiều hơn, ruồi sẽ tiếp tục bay trở lại. Nhưng ruồi không có phản ứng này đối với chỉ riêng một kích thích vì bản thân ruồi bay sang phải (tạo mẫu chấn song thẳng đứng trên võng mạc di chuyển sang trái), ruồi sẽ không tiếp tục di chuyển nữa. Rõ ràng có một số **sự phản hồi** từ hành động của động vật tác động liệu động vật có phản ứng với kích thích hay không.

Tương tự, Moynihan (1953) chứng minh rằng nếu lấy trứng khỏi tổ mòng biển đang ấp thì mòng biển bắt đầu thể hiện hành vi xây tổ nhiều hơn nữa, cũng như hành động như thể nó đang ấp trứng. Có vẻ mòng biển cần sự phản hồi tiếp xúc xúc giác với trứng – chỉ riêng hành động không vẫn chưa đủ. Những chứng cứ này ngụ ý rằng chính sự phối hợp hành động và kết quả tiếp thêm sinh lực cho chuỗi hành vi kế tiếp, chứ không phải chỉ riêng có kích thích.

Năm 1953, Bastock, Morris và Moynihan cho rằng khái niệm **kích thích hoàn hảo** sử dụng nhiều hơn khái niệm hành vi hoàn hảo ở chỗ không phải là chính hành động thỏa mãn (hoàn bị) xu thế mà là kết quả của việc thực hiện hành động. Beer (1962) cho rằng, không phải là chính tình trạng hoàn hảo, mà chính các mẫu hành động cố định có thể được xem như hình thức khác của hành vi mong muốn, định hướng vật hướng về mục tiêu kích thích hoàn hảo.

Trước đó ít lâu, Lorenz và Tinbergen nhận dạng cách ngỗng lăn trứng hướng về ổ như một mẫu hành động cố định, được tạo ra bằng dấu hiệu kích thích có một quả trứng bị mất trong ổ. Nhưng Beer cũng chứng minh rằng loài chim cũng tiếp tục hành vi lăn trứng nếu không thay trứng khác. Bản thân hành động không phải là hoàn bị – nó chỉ dừng lại khi kích thích hoàn bị (trứng trong ổ) đạt được. Mặc dù điều này có vẻ xem là vấn đề tương đối không quan trọng, nhưng thực tế cần phải chú ý toàn bộ khái niệm năng lượng hành động cụ thể hình thành và phóng thích bằng những hành động thích hợp, bằng việc cho rằng ngay cả hành vi bản năng có thể phản ứng đối với môi trường.

Các vấn đề khác với mô hình nước cũng nổi bật. Chẳng hạn, một số nhà nghiên cứu nhận thấy thậm chí sau khi các mẫu hành động cố định đã sử dụng hết do kích thích lặp đi lặp lại, nhưng chúng vẫn còn được tạo ra bằng một kích thích khác. Prechtl (1953) nhận thấy chim mai hoa con vẫn há hốc miệng khi tổ chim bị rung, cho dù sau khi phản ứng há hốc miệng đã được sử dụng hết khi phản ứng đối với tiếng động. Rõ ràng, năng lượng mà hành động liên quan vẫn còn khả dụng đối với loài chim. Trái lại, Hinde (1954) chứng minh rằng chim mai hoa khi liên tục được đặt trước động vật ăn thịt, sẽ thể hiện sự giảm sút trong tiếng gọi cảnh báo của chúng, tiếp tục trong thời gian rất dài – rất lâu sau khi "bồn chứa" năng lượng tự thân đã được lấp đầy. Cả hai minh họa này cho thấy khái niệm bồn chứa năng lượng tiếp thêm sinh lực cho hành vi bản năng thực ra không phù hợp.

Chỉ trích khác đối với mô hình nước liên quan đến tính chất thay thế. Theo Lorenz và Tinbergen, sự thay thế diễn ra đơn thuần là do kết quả năng lượng hành động cụ thể "tràn vào" các hình thức hành vi khác. Nhưng thực ra, một số nhà nghiên cứu chứng minh rằng, hoạt động thay thế không phải là ngẫu nhiên. Chúng có vẻ lệ thuộc vào những gì có sẵn trong môi trường trực tiếp. Chẳng hạn, nghiên cứu của Rber, năm 1948 chứng minh rằng loài gà tây luôn thể hiện hành vi thay thế khác nhau tùy vào những gì diễn ra quanh chúng. Nếu gần đó có nước, chúng sẽ ngưng thể hiện tấn công để uống nước, trong khi nếu gần đó có thức ăn, chúng sẽ ăn. Đây không phải đơn thuần là vấn đề năng lượng lấp đầy phản ứng sẵn có đầu tiên, mà môi trường cũng ảnh hưởng đến phản ứng.

Andrew (1956) cho rằng hành vi thay thế có thể xem như hành vi phục hồi ngắn ngủi ở động vật mà động vật lẽ ra nên thực hiện theo cách nào đó. Hầu hết hoạt động thay thế bao gồm hoạt động như rỉa cánh, ăn uống, sẽ được gián đoạn nếu có cơ hội thể hiện hành vi cấp bách hơn. Andrews cho rằng khi động vật đối mặt với yêu cầu mâu thuẫn nhau (như phải đánh nhau hay chạy trốn), mỗi nhu cầu này ức chế nhu cầu kia, vì thế để cho động vật tự do thực hiện hành vi theo thứ tự ưu tiên thấp, bình thường của mình. Điều này gọi là **giả thuyết giải ức chế**, vì khái niệm cho rằng hành vi thường lệ thông thường của động vật bị tình huống ức chế nhưng nhu cầu mâu thuẫn của sự chạm trán gây hấn đã thay thế sự ức chế ấy.

Nói chung, điều rõ ràng là một số mẫu hành vi phát xuất từ ảnh hưởng di truyền. Nhưng cơ chế qua đó chúng xuất hiện không rõ như thế, và điều hiển nhiên cũng có sự tham gia một số đầu vào từ môi trường. Hailman (1969) chứng minh rằng thậm chí hành vi một khi có vẻ hoàn toàn mang tính bẩm sinh cũng thể hiện một số ảnh hưởng của tập quen. Chim mòng biển con theo bản năng mổ vào chấm đỏ trên mỏ chim bố khi chim bố bay về tổ. Điều này kích thích chim bố phải ợ thức ăn ra miệng. Nhưng sử dụng mô hình, Hailman chứng minh rằng mòng biển con ngày càng mổ chính xác qua 3, 4 ngày đầu. Bản năng ít nhất một phần được tập quen, với sự thực hành. Vì thế nếu xem hành vi bản năng mang tính máy móc thuần túy, được phóng thích bởi một số hình thức năng lượng hay xu thế đơn giản, sẽ không giúp chúng ta hiểu toàn cảnh.

Tập quen ở động vật

Trong khi nghiên cứu hành vi bản năng phần lớn phát triển trong truyền thống tập tính học châu Âu, thì nghiên cứu sự tập quen ở động vật phát triển ở bên kia bờ Đại Tây Dương lại phát triển trong truyền thống theo thuyết hành vi Mỹ. Giả định dùng làm cơ sở khác hẳn nhau và phản ánh những truyền thống triết học khác nhau giữa hai nền văn hóa. Trong khi nghiên cứu của nhà tập tính học có thể trở về quan niệm cho rằng có những mẫu hành vi bẩm sinh hay bản năng, lần lượt có thể trở về thuyết của René Descartes, nghiên cứu của những người theo thuyết hành vi phát xuất từ triết lý của John Locke, với quan điểm xem trẻ như "phiến đá trắng" hay *tabula rasa*, chờ cho kinh nghiệm của đời sống khắc dấu ấn vào. Mặc dù cả hai triết gia này đang biên soạn về con người, ảnh hưởng của họ tác động đến tâm lý học so sánh, khi các nhà nghiên cứu tìm hiểu những gì mà họ cho là nguồn gốc hành vi con người trong hành vi của động vật.

Nghiên cứu sự tập quen ở động vật rơi vào truyền thống thí nghiệm trong tâm lý học: thật ra, nhiều nhà tâm lý học xem đó là cốt lõi của truyền thống ấy. Có thể gom thành nhóm các lý thuyết về tập quen ở động vật thành ba nhóm rộng, cũng miêu tả những giai đoạn khác nhau trong thế kỷ. Trong nửa đầu thế kỷ, nghiên cứu tập quen thường tập trung vào những gì được biết là **biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển**: khái niệm tập quen qua sự liên tưởng. Thập niên 1940 và sau đó chứng kiến có sự chú ý mới, với mô hình được gọi là **biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm**. Trong nửa sau thế kỷ, một khung mới gồm những hình thức khái quát hóa tập quen nhiều hơn bắt đầu xuất hiện, cùng thu hút nghiên cứu ban đầu vào các tập hợp tập quen và tập quen khả năng hiểu biết cũng như liên kết điều này với những khái niệm mới hơn chẳng hạn như tình trạng bất lực tập quen.

Chúng ta nghiên cứu tất cả những hình thức tập quen này trong Chương 18, vì thế ở đây không bàn chi tiết. Bảng 22.4 tóm tắt những hình thức tập quen chính ở động vật, khi được các nhà nghiên cứu theo thuyết hành vi và những người thừa kế nhận dạng. Từ bảng, chúng ta nhận thấy các hình thức tập quen được xếp theo thứ tự phỏng theo tiêu chuẩn Morgan, với biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển được xem là hình thức tập quen cơ bản, và tập quen khả năng hiểu biết, sự mô phỏng và bản đồ nhận thức dưới dạng phát triển những mô tả vấn đề, môi trường bên trong hay hoạt động của những sự phát triển khác.

Bảng 22.4 Hình thức tập quen ở động vật

Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển	Tập quen thông qua sự liên tưởng kích thích với phản ứng lặp đi lặp lại (Luật tập luyện).
Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm	Tập quen thông kết quả hành động dễ chịu hay khó chịu (Luật kết quả).
Tập hợp tập quen	Tập quen thông qua sự khái quát hóa tập quen thử nghiệm và sai sót.
Tập quen khả năng hiểu biết	Tập quen do kết quả tái cấu trúc nhận thức các yếu tố của vấn đề.
Sự mô phỏng	Tập quen thông qua sự hình thành mô tả hành động trong suy nghĩ, có được thông qua sự quan sát các hành động khác
Bản đồ nhận thức	Tập quen thông qua sự hình thành mô tả môi trường trong suy nghĩ có được thông qua kinh nghiệm.

Tập quen ở động vật sau đó bao gồm nhiều hơn các liên tưởng cơ chế ban đầu giữa kích thích và phản ứng do những người theo thuyết hành vi ban đầu hình dung. Chúng ta vẫn còn nhiều điều chưa biết về tập quen ở động vật – chẳng hạn, có sự nghiên cứu tương đối ít vai trò **mô phỏng** trong tập quen, mặc dù cũng có một số nghiên cứu. Nhưng xu hướng gần đây hướng đến việc chấp nhận tầm quan trọng của các yếu tố nhận thức trong tập quen đã mở ra những cuộc nghiên cứu rộng hơn.

LIÊN KẾT HÀNH VI BẢN NĂNG VÀ TẬP QUEN

Ngoài ra, chúng ta nghiên cứu một số cơ chế cơ bản liên quan đến kiểm soát hành vi: các mẫu hành vi kế thừa và quá trình tập quen ở động vật. Như trường hợp hành vi bản năng thuần túy không có yếu tố tập quen nói chung rất hiếm trong đời sống thực. Như chúng ta đã biết trước đây, Hailman chứng minh rằng thậm chí một hành vi bản năng chẳng hạn như mòng biển con mổ vào mỏ mòng biển bố biểu hiện sự cải thiện khi thực hành. Tương tự, nghiên cứu Seligman về "tính sẵn sàng" trong tập quen, mà chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 18, chứng tỏ rằng tập quen "đơn thuần", không tham khảo nhu cầu của động vật hay khuynh hướng hành vi bẩm sinh cũng không phổ biến. Trong hầu hết các trường hợp, cơ chế bản năng và tập quen cùng hoạt động để tạo ra hành vi động vật.

Ngay cả các mẫu hành động cố định cũng thể hiện thành phần hành vi mang tính nhạy cảm đối với môi trường và có thể sửa đổi. Lorenz (1958) chứng minh rằng hành vi lăn trứng của ngỗng xám là ấp một tổ trứng gồm 2 thành phần. Một thành phần cố định, không đổi, một thành phần có thể thay đổi, được hướng dẫn bằng thông tin từ các thụ quan nhận cảm.

Khi lăn trứng, ngỗng lăn trứng ngược về tổ bằng cách vươn dài cổ, cạnh dưới của mỏ ngỗng tiếp xúc với một đầu quả trứng và kéo trứng hướng về tổ. Đây là thành phần cố định, diễn ra bất kể kích thích nhận cảm. Nhưng loài chim này cũng có sự di chuyển mỏ theo cạnh bên nếu trứng có vẻ trượt khỏi đường kéo, và những cử động này được định hướng bằng thông tin xúc giác mà ngỗng nhận được do tiếp xúc giữa mỏ và trứng. Vì thế những gì có vẻ như là hành vi do di truyền quyết định hoàn toàn lại bao hàm một thành phần được môi trường sửa đổi.

Hành vi và môi trường

Để tìm hiểu sự liên kết giữa hành vi bản năng và tập quen, chúng ta cần tìm hiểu hành vi là gì theo nghĩa chung. Về cơ bản, hành vi giúp cho động vật có khả năng hoạt động trong môi trường – thực hiện hành động có một số loại kết quả nhất định. Tương tự, môi trường cung cấp khả năng có thể đối với động vật ấy để hành động hiệu quả. Đây gọi là **mối quan hệ biện chứng** giữa cơ thể sống với môi trường: yếu tố này tác động đến yếu tố kia.

Đây là điểm quan trọng trong việc tìm hiểu hành vi động vật. Rose, Kamin và Lewontin (1984) nêu rõ quan điểm cho rằng môi trường trong một số cách nào đó độc lập với động vật là chuyện khó hiểu. Mọi chủng loài liên tục thay đổi môi trường của chúng hoàn toàn thông qua việc tiến hành các quá trình đời sống thông thường. Ngay cả amíp thay đổi tính chất của nước mà nó đang bơi, khi nó thải các phần tử thức ăn và tiết sản phẩm thừa vào môi trường nước. Nếu chúng ta phải tìm hiểu hành vi thì nên nghiên cứu hành vi trong bối cảnh này.

Nếu ghi nhớ điều này, chúng ta dễ cho rằng các mẫu hành vi cố định, không đổi, đều thích hợp nhất đối với môi trường tương đối cố định và không đổi. Qua quá trình chọn lọc tự nhiên,, những hành vi này phải phát triển vì chúng cung cấp một số loại lợi thế tiến hóa cho động vật có hành vi ấy. Để cho hành vi này xảy ra, yêu cầu môi trường đối với động vật phải nhất quán và liên tục ở mức sao cho đặc điểm trở thành phổ biến trong chủng loài ấy. Sự phát triển như thế thường phải mất nhiều thế hệ.

Dĩ nhiên, điều này không có nghĩa rằng mọi hành vi kế thừa mà chúng ta hiện thấy đều có lợi thế sống còn trực tiếp. Nếu môi trường thay đổi, có thể một số mẫu hành vi trở nên dư thừa, nhưng chúng vẫn còn trong tập hợp gien. Với điều kiện trong thực tế chúng không gây bất lợi đối với động vật – làm cho động vật có khả năng tồn tại kém hơn – thì không có lý do giải thích tại sao chúng biến mất. Năm 1961, Eibl-Eiblesfeldt mô tả chim bồ câu làm tổ dưới đất ở quần đảo Galapagos có sự thể hiện đánh lạc hướng khi có bất cứ vật gì đến gần tổ, cho dù không có động vật ăn thịt tự nhiên nào bồ câu cần đánh lạc hướng. Eibl-Eiblesfeldt kết luận rằng hành vi này tiến hóa ở tổ tiên của bồ câu (khi được cho là cần thiết), vẫn còn ở chủng loài này thậm chí sau khi quần đảo bị tách khỏi đất liền.

Mặc dù minh họa này cho chúng ta thấy cơ chế hành vi kế thừa có thể cố định ra sao. Chọn lọc tự nhiên là một quá trình chậm: cá thể không thay đổi trong thời gian sống, và chủng loài nói chung chỉ thay đổi dần dần thông qua sự di truyền, đột biến và áp lực môi trường. Điều này đúng miễn là môi trường vẫn nhất quán hợp lý hay ít nhất chỉ thay đổi rất chậm. Nhưng nếu chủng loài phải tồn tại trong một môi trường thay đổi nhanh hơn thì điều cần thiết là phải phát triển những cách thích nghi hành vi của chủng loài nhanh hơn đối với những gì đang thiếu. Một số chủng loài thực hiện điều này bằng cách sinh sản thật nhanh. Chẳng hạn, nhiều côn trùng thể hiện sự thay đổi tiến hóa rất nhanh vì các thế hệ của chúng có đời sống ngắn hơn nhiều. Nhưng các chủng loài khác, nhất là chủng loài có tuổi thọ dài hơn cũng cần phát triển cơ chế thích nghi khác.

Chức năng tập quen

Cơ chế tập quen tạo ra cách thay đổi hành vi rất nhanh, nếu có khả năng tập quen – nói cách khác có khả năng sửa đổi hành vi – cá thể có thể phát triển các mẫu hành vi thích nghi hơn đáp ứng yêu cầu môi trường trong thời gian sống của mình. Vì thế, nếu cá thể sống trong môi trường có khả năng thay đổi nhanh chóng thì phải mang nghĩa tiến hóa nếu cá thể làm cho hành vi của mình thích ứng với những tình huống khả biến trong đó rất có khả năng cá thể tìm thấy chính mình. Điều tương tự áp dụng cho các thành viên thuộc chủng loài có khả năng cư trú ở những môi trường khác biệt nhau. Những gì là hành vi sống còn hữu ích ở vùng rừng rậm nhiệt đới có thể dẫn đến tử vong ở vùng lãnh nguyên phía bắc, vì thế các mẫu hành vi kế thừa cố định có trách nhiệm quan trọng.

Trong những tình huống như thế, sự phát triển cơ chế tập quen hiệu quả trở thành một đặc điểm sống còn, vì nó làm cho động vật có nhiều khả năng tồn tại hơn, cũng như giúp động vật có khả năng tận dụng cơ hội sống còn khi chúng phát sinh nhiều hơn. Như chúng ta đã biết trong Chương 10, Hubel (1979) chứng minh sự phát triển vỏ não đặc biệt thấy rõ ra sao ở động vật ăn thịt và loài linh trưởng. Đây là những chủng loài mang tính cơ hội rất cao, làm cho hành vi của mình thích nghi, phù hợp với một dải rộng các môi trường. Sự phát triển vỏ não tăng dần không phải là sự trùng hợp vì sự hình thành những liên tưởng mới và xử lý thông tin nhận cảm đều do bộ phận của não này giải quyết.

Xử lý trung gian

Từ hành vi bản năng đến hành vi tập quen là một bước nhảy khổng lồ, và sự tiến hóa không diễn tiến như thế. Mặc dù như Gould và Eldredge (1977) chứng minh, chủng loài có thể biểu hiện những thời kỳ thay đổi tương đối nhanh chóng, tiếp đến là những thời kỳ ổn định – một khái niệm gọi là **sự cân bằng nhấn mạnh** – bản thân quá trình tiến hóa là sự tích lũy những thay đổi nhỏ. Nếu chúng ta xem tiến hóa diễn ra bằng những thay đổi nhỏ thì mỗi thay đổi cần phải có lợi thế cho sự sống còn, khi đó chúng ta cần tìm hiểu những giai đoạn trung gian giữa cả hai.

Một giai đoạn trung gian như thế là cách không phải mọi hành vi kế thừa đều do dấu hiệu kích thích kích hoạt. Curio, Ernst và Veith (1978) nghiên cứu phản ứng tấn công của loài chim két. Tấn công là một hành vi bẩm sinh mà loài chim này thể hiện đối với động vật ăn thịt tiềm năng trong khi chim đang làm tổ. Curio và người khác nuôi chim két châu Âu trong các lồng riêng biệt, nhưng hướng mặt với nhau. Giữa các con chim là chiếc hộp có thể xoay được. Mỗi chim chỉ nhìn thấy một phần hộp hướng mặt vào lồng của mình chứ không nhìn thấy phần hướng qua bên kia hộp.

Curio và người khác bắt đầu bằng việc cho số chim két thấy chim leo ăn mật Úc bằng thú nhồi bông, không phải là loài chim ăn mồi. Số chim két ngó lơ. Sau đó cho một con chim két nhìn thấy chim leo ăn mật trong khi chim két khác cho nhìn thấy chim cú nhồi bông. Ngay lập tức, chim két trông thấy chim cú bắt đầu có phản ứng tấn công. Số chim trong chuồng đối diện quan sát một hồi, sau đó cũng bắt đầu có hành vi tấn công. Khi số chim này được nhìn thấy loài chim leo ăn mật trở lại, thì số chim trong lồng đối diện thể hiện hành vi tấn công, con này bắt chước con kia. Từ đó về sau cả hai số chim này đều thể hiện hành vi tấn công bất cứ khi nào chúng nhìn thấy chim leo ăn mật Úc bằng thú nhồi bông. Chúng biết được một mục tiêu mới đối với hành vi kế thừa của mình bằng **sự mô phỏng** lẫn nhau. Ngụ ý cho thấy không phải dấu hiệu kích thích kích hoạt hành vi kế thừa này mà chính là sự mô phỏng các thành viên lâu năm hơn của chủng loài. Mẫu hành vi được kế thừa nhưng cơ hội thể hiện hành vi được tập quen.

Giai đoạn tới hạn

Có lẽ điều kiện trung gian quan trọng nhất giữa hành vi kế thừa và tập quen là trong trường hợp giai đoạn tới hạn hay nhạy cảm. **Giai đoạn tới hạn** là giai đoạn quyết định về mặt di truyền trong đó động vật trong trạng thái sẵn sàng tập quen một hình thức hành vi cụ thể. Nếu trong giai đoạn này động vật gặp đúng loại kích thích môi trường thì sẽ tập quen rất nhanh. Nhưng trong giai đoạn ấy không có loại kích thích môi trường thì động vật không hề học được hành vi cho dù sao này có gặp kích thích đi nữa. gien đã "đóng" tính sẵn sàng tập quen ở động vật.

Có vẻ có nhiều trường hợp về giai đoạn tới hạn trong sự phát triển ở động vật. Năm 1964, Marler và Tamura tìm hiểu tiếng hót của loài chim sẻ mào trắng Mỹ, tiếng hót rất đặc biệt, được mọi thành viên chủng loài chia sẻ. Nhưng chúng cũng có một "phương ngữ" theo vùng, thay đổi ở vùng này sang vùng khác thuộc Mỹ. Chim con khi được nuôi hoàn toàn cách ly cũng hót được tiếng hót cơ bản nhưng không có âm rung hay líu lo để hình thành phương ngữ.

Tuy nhiên, Marler và Tamura nhận thấy có một giai đoạn khi cho chim ở gần chim trưởng thành trong thời gian ngắn cũng giúp chim con hót theo phương ngữ khi chúng đủ tuổi hót được. Vào thời điểm này, rõ ràng chúng sẵn sàng học được phương ngữ, nhưng chỉ trong trường hợp chim còn rất nhỏ – chưa đến 4 tháng tuổi, nếu hơn 4 tháng tuổi khi cho chim nghe phương ngữ của vùng thì chim không thể học được cho dù số chim này cho đến khi trưởng thành mới biết hót. Vì thế, điều này ngụ ý có một giai đoạn tới hạn, trước khi chim 4 tháng tuổi, khi chim sẵn sàng học hót theo phương ngữ vùng (chúng ta lưu ý điều này hình thành minh họa **tập quen ẩn** vì chim không thể hiện chứng cứ của sự tập quen này trong hành vi đối với một khoảng thời gian đáng kể).

Giai đoạn nhạy cảm

Khái niệm giai đoạn tới hạn có thể ít nhiều cứng nhắc. Có một số chứng cứ cho rằng cơ chế này có nhiều biến dạng: trong một số trường hợp, một thời biểu cụ thể mang tính tối ưu cho việc tập quen nhưng không hoàn toàn tới hạn. Khái niệm **giai**

đoạn nhạy cảm là khái niệm giống với khái niệm giai đoạn tới hạn nhưng hàm ý đây không phải là thời điểm có thể tập quen duy nhất. Trong những tình huống rất cực đoan, động vật có khả năng tập quen hành vi ngoài giai đoạn thích hợp, nhưng động vật tập quen hành vi dễ dàng hơn và nhanh hơn nhiều trong giai đoạn này.

Giai đoạn tới hạn hay nhạy cảm được đề xuất như cơ chế nền tảng cho nhiều khía cạnh phát triển quan trọng. Scott (1958) cho rằng chó con hoàn toàn được thuần hóa chỉ khi chúng tiếp xúc với con người trong 3 đến 4 tuần đầu – nếu không chúng vẫn nhút nhát. Như chúng ta đã biết trong Chương 4, Lenneberg (1967) cho rằng trẻ có một giai đoạn có được ngôn ngữ tới hạn, mặc dù chứng cứ cho thấy giai đoạn này rất có khả năng là giai đoạn nhạy cảm.

Điều rõ ràng là các giai đoạn tới hạn và nhạy cảm có một giá trị sống còn đối với động vật. Ở cuối chương này, chúng ta sẽ hiểu giai đoạn tới hạn (hay nhạy cảm) liên quan trong việc một số thú con hình thành sự gắn bó với người chăm sóc ra sao, trong một quá trình gọi là sự hòa đồng. Động vật tập quen theo cách này thường là những động vật hoạt động ngay sau khi sinh. Cơ chế hòa đồng có nghĩa là chúng tập quen rất nhanh để ở gần cá thể bố mẹ, nơi giúp chúng tồn tại.

Trong trường hợp này, ảnh hưởng di truyền không trực tiếp quyết định hành vi như đã làm trong trường hợp các mẫu hành động cố định. Ảnh hưởng di truyền không giúp thú con tồn tại, thay vào đó gien đã chọn một bước lùi, chứ không trực tiếp kiểm soát hành vi, thú con có một số loại tập quen chắc chắn phải có, chính sự tập quen này sau đó giúp thú con tồn tại. Động vật không bị rơi vào các mẫu hành vi cố định có thể không thích hợp cũng không bị buộc tập quen mọi thứ bằng thử nghiệm và sai sót, thay vào đó động vật chỉ theo sau bố mẹ, tập quen bằng sự mô phỏng, nên cơ hội sống còn của chúng được tăng tối đa.

Tập quen bằng bản năng

Có những minh họa khác về **tính sẵn sàng di truyền** trong tập quen. Ảnh hưởng di truyền định hình những loại vấn đề mà động vật sẵn sàng tập quen. Gould và Marler (1987) đề cập động vật sẵn sàng nhiều đến mức nào, về mặt di truyền, trong việc phản ứng với một số kích thích này so với một số kích thích khác. Chúng ta đã bàn đến khái niệm này khi nghiên cứu khái niệm tính sẵn sàng trong **tập quen một lần thử** của Seligman – động vật sẵn sàng tập quen sự liên kết giữa kích thích và phản ứng đều có giá trị sống còn hơn là động vật không sẵn sàng tập quen. Vì thế, động vật (và chúng ta) học cách tránh ăn thức ăn luôn làm cho mình ốm, nhưng phải mất thời gian lâu hơn để tập quen sự liên kết giữa tiếng chuông reo và mang thức ăn đến.

Gould và Marler (1987) chứng minh rằng loại tính sẵn sàng tập quen di truyền này không chỉ áp dụng cho tập quen một lần thử. Trong những thí nghiệm khác bao gồm việc rèn luyện ong hút nhụy từ các loại hoa cụ thể, Gould nhận thấy loài ong rất dễ tập quen cách phân biệt bông hoa bằng mùi, đều tập quen kém hơn trong việc phân biệt bằng màu, thậm chí kém hơn trong tập quen phân biệt bằng hình dạng, và hầu như không thể phân biệt bông hoa theo các tiêu chuẩn khác. Loài ong có một tố chất kế thừa định hình loại sự vật chúng sẽ tập quen và sẽ tập quen dễ đến mức nào, điều này trực tiếp liên quan đến tính chất môi trường.

Sự sẵn sàng tập quen cũng phát triển sang các loại tập quen khác. Trong Chương 20, chúng ta đã hiểu trẻ có tố chất phản ứng với người khác ra sao, trẻ thừa hưởng sự sắp xếp nhận thức làm cho mình có khả năng phản ứng với khuôn mặt người nhiều hơn, trẻ học cách trao đổi và định thời gian rất nhanh cũng như phát triển hiểu biết tinh vi về người khác ngay từ rất sớm bằng cách so sánh với những kỹ năng nhận thức khác. Ngụ ý là con người được sẵn sàng về mặt di truyền trong việc phản ứng với những kích thích xã hội hơn là các loại kích thích khác: nói cho cùng, chúng ta đều là động vật trong xã hội. Và tính sẵn sàng như thế sẽ giúp trẻ tồn tại trong hầu hết các loại môi trường.

Sau đó có thể xem sự sẵn sàng tập quen như sự đảm bảo của tự nhiên. Mặc dù yêu cầu môi trường và tiến hóa có nghĩa là động vật cần học hỏi hành vi hơn là kế thừa nó, nhưng cơ chế tính sẵn sàng tập quen di truyền có nghĩa rằng sự tập quen với những gì có khả năng giúp động vật sống còn nhiều nhất.

HÒA ĐỒNG, GẮN BÓ VÀ LÀM BỐ MẸ

Một trong những cách tốt nhất để tìm hiểu các yếu tố di truyền và môi trường tương tác trong hành vi động vật ra sao là bằng cách nghiên cứu lĩnh vực hòa đồng và gắn bó. Nghiên cứu thú con phát triển sự gắn bó với người chăm sóc là một lĩnh vực quan trọng trong tâm lý học so sánh, bắt đầu bằng quan sát tập tính học của Lorenz đối với hành vi của vịt và ngỗng. Từ thời thơ ấu khi còn ở nông trại, Lorenz quan sát ngỗng con, vịt con đi theo mẹ trong khi chúng còn nhỏ, học ở vịt, ngỗng mẹ cách tránh nguy hiểm. Ông cũng quan sát số thành viên trong một chủng loài đôi khi "chấp nhận" số chim con thuộc chủng loài khác nếu đưa trứng vào tổ chúng đang ấp. Gà mái có thể nuôi một đám vịt con, chúng theo gà mẹ như thể đó là mẹ vịt của mình.

SỰ HÒA ĐỒNG NHƯ HÌNH THỨC TẬP QUEN ĐẶC BIỆT

Lorenz tiến hành nhiều nghiên cứu không chính thức về quá trình gắn bó. Từ đó, ông nhận thấy nếu mình là sinh vật đầu tiên mà bầy ngỗng con tiếp xúc từ lúc mới nở thì chúng sẽ "nhận" ông làm bố mẹ chứ không phải là loài chim khác. Từ đó về sau, ngỗng con sẽ theo ông bất cứ lúc nào ông bước đi – quả quyết đến mức thậm chí ông nhận thấy mình phải đi bơi để đưa đám ngỗng con xuống nước!

Lorenz nhận thấy số ngỗng con cố gắng giữ ông trong tầm nhìn, và tỏ vẻ thất vọng khi không nhìn thấy ông. Hiển nhiên điều này không phải là hành vi hoàn toàn kế thừa vì nếu có ngỗng con không thể "nhận" con người làm người chăm sóc. Nhưng đồng thời, đây cũng không phải là loại tập quen thử nghiệm và sai sót thông thường. Lorenz đưa ra thuật ngữ **sự hòa đồng** để mô tả quá trình, vì đối với ông có vẻ động vật nhận được ấn tượng sâu sắc, ấn chặt vào não của nó về người chăm sóc chúng.

Khi các nhà nghiên cứu khảo sát sự hòa đồng, điều rõ ràng đây là hình thức tập quen đặc biệt có hai giai đoạn. Thứ nhất là phản ứng "đi theo" ban đầu, trong đó thú con đi theo một đối tượng to đang chuyển động. Một khi thú con đi theo một đối tượng tương tự trong thời gian khoảng 10 phút, sự gắn bó sẽ phát triển. Từ đó về sau, thú con sẽ tránh mọi đối tượng to đang chuyển động khác và rất cố gắng để lúc nào cũng nhìn thấy "mẹ" mình.

Sự tập quen liên quan đến hòa đồng đặc biệt lý thú vì nó đưa ra minh họa loại điểm nửa chừng giữa hành vi được kiểm soát bởi di truyền và hành vi hoàn toàn do tập quen mà chúng ta đã đề cập. Ngỗng con hay vịt con được lập trình trước về di truyền để phản ứng với một đối tượng to đang chuyển động mà chúng thấy lần đầu tiên bằng cách đi theo. Sau đó, khoảng 10 phút, chúng học cách phân biệt đối tượng này với các đối tượng khác và từ đó trở đi cứ đi theo đối tượng ấy. Vì thế trong sự hòa đồng, chúng ta có thể nhìn thấy hình thức hành vi trong đó tập quen rất quan trọng nhưng sự tập quen này được cấu trúc chặt chẽ để tối đa hóa cơ hội sống còn của thú con.

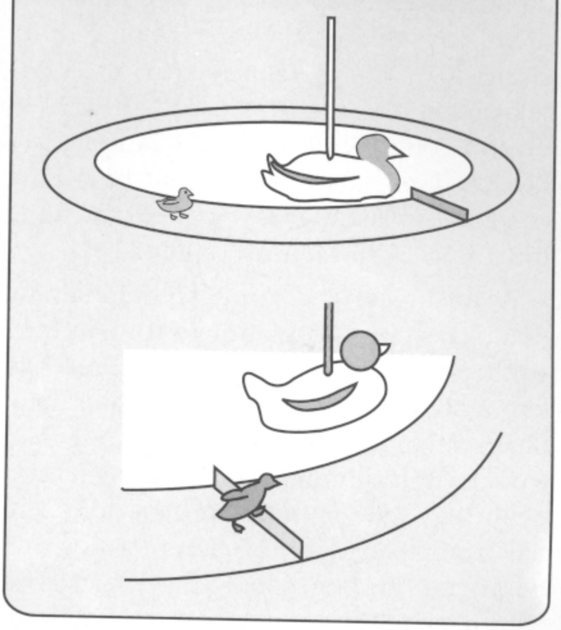
Như một cơ chế sống còn, có vẻ hợp lý khi cho rằng nếu vịt con đi theo một đối tượng đang di chuyển tương tự khoảng 10 phút, đối tượng ấy không quay đầu lại để ăn thịt vịt con, thì điều kỳ lạ là đối tượng ấy sẽ trở thành người chăm sóc theo loại nào đó. Bất kỳ điều gì khác có thể bỏ đi nơi khác trong vòng chưa đến 10 phút. Vì thế, thời gian 10 phút là sự "đảm bảo" tốt đối với thú con bằng cách tối đa hóa cơ hội gắn bó với một người chăm sóc thích hợp.

Nhưng cũng có những cơ chế khác giúp đảm bảo rằng sự hòa đồng xảy ra trong bối cảnh thích hợp. Năm 1972, Hess phát hiện rằng vịt con có vẻ đã chuẩn bị trước để hòa đồng với mẹ mình vì chúng nghe **tiếng xướng âm** của mẹ qua vỏ trứng. Khi nở ra, vịt con đi theo bất cứ thứ gì đang chuyển động phát âm thanh giống với chúng. Thực ra, bằng cách gắn micro vào các thùng ấp trứng, Hess nhận thấy vịt mẹ phát ra mức độ đặc biệt tiếng kêu cục cục khi trứng gần nở, có vẻ hỗ trợ quá trình này.

Luật nỗ lực

Nghiên cứu sau này khẳng định tầm quan trọng của kích thích thị giác trong sự hòa đồng. Bateson (1966) nhận thấy, khi chim con đi theo chim bố mẹ, chúng thường giữ khoảng cách cố định với chim bố mẹ. Ngoài ra, chim con hòa đồng với những người ở khoảng cách xa "bố mẹ" của chúng hơn là những người được ngỗng hay vịt in sâu. Bateson cho rằng những chim này kế thừa một kích thước tối ưu đối với **hình ảnh võng mạc.** Nếu hình ảnh võng mạc của bố mẹ có kích thước sai, nhất là quá nhỏ – thì chim con sẽ lo âu. Sự lo âu giảm bớt chỉ bằng cách làm cho hình ảnh trở lại kích thước tối ưu. Vì thế, nếu chim con tụt lại phía sau bố mẹ quá xa (đến mức hình ảnh võng mạc trở nên quá nhỏ) thì chim con lo âu và vội vã chạy theo để bắt kịp bố mẹ.

Hình 22.7 Nỗ lực hòa đồng



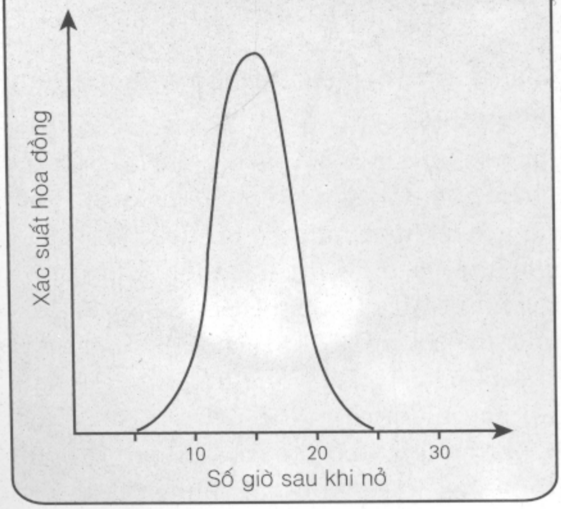
Sự lo âu không hẳn là một điều xấu. Năm 1958, Hess chứng minh bằng thí nghiệm rằng nhiều nỗ lực mà thú con dồn vào giai đoạn đi theo ảnh hưởng đến sức mạnh của độ gắn bó hòa đồng. Bằng cách đặt vật cản trên đường đi của vịt con khi vịt con chạy theo một vịt mô hình di chuyển vòng quanh tuyến đường, Hess nhận thấy vịt con phải rán sức nhiều hơn để chạy theo, thì chúng phát triển sự gắn bó mạnh hơn. Điều này còn gọi là **luật nỗ lực** (xem Hình 22.7).

Giai đoạn tới hạn và nhạy cảm trong hòa đồng

Một số nhà nghiên cứu khảo sát thành phần hòa đồng do di truyền quyết định cứng nhắc đến mức nào. Lúc đầu, có vẻ như thể có một khoảng thời gian do di truyền quyết định cứng nhắc – giai đoạn tới hạn – trong đó sự hòa đồng phải diễn ra. Chứng cứ quan trọng đối với điều này là quan điểm cho rằng nếu vịt con được nuôi không có cơ hội hòa đồng với một đối tượng to, sau đó nói chung vịt không làm như thế và sẽ tránh một đối tượng to đang chuyển động bất kỳ. Việc định thời điểm này chính xác khác nhau ở từng chủng loài, nhưng Ramsey và Hess (1954) phát hiện rằng giai đoạn tới hạn đối với vịt trời con kéo dài từ 5 đến 24 tiếng sau khi nở. Trong thời gian ấy, sự hòa đồng có nhiều khả năng xảy ra nhất từ tiếng thứ 13 và 16 sau khi nở (Hình 22.8).

Mặc dù cũng có một số tranh luận, liệu đây có phải là giai đoạn tới hạn thực sự hoàn toàn do gien quyết định hay không, hay liệu thay vào đó là giai đoạn nhạy cảm và có thể do tình huống môi trường ảnh hưởng. Nhiều nghiên cứu nhận thấy giai đoạn có thể hòa đồng kéo dài hoàn toàn đáng kể nếu sửa đổi tình huống môi trường. Chẳng hạn, Sluckin và Salzen (1961) chứng minh rằng nếu vịt con được nuôi cách ly, chúng hòa đồng tốt qua khỏi giai đoạn tới hạn. Thí nghiệm ban đầu đã nuôi vịt con trong nhà chung với nhau, có nghĩa rằng chúng có thể hòa đồng với nhau. Guiton (1959) chứng minh giai đoạn có thể mở rộng nếu môi trường của loài chim không bị kích thích quá mức, và Moltz (1960) nhận thấy có thể kéo dài nếu vịt con thích hợp với các mũ trùm đầu trong mờ sao cho chúng không thể nhìn thấy các mẫu.

Hình 22.8 Các giai đoạn nhạy cảm đối với quá trình hòa đồng của vịt trời



Kết quả của tất cả việc làm này, Sluckin (1964) cho rằng giai đoạn nên được mô tả là giai đoạn nhạy cảm, hơn là giai đoạn tới hạn. Chắc chắn đây là giai đoạn tốt nhất và nhiều khả năng hòa đồng nhất nhưng không phải là thời điểm duy nhất có thể khi sự hòa đồng diễn ra. Điều này ngụ ý việc định-thời điểm không phải do gien tự động quyết định – chúng không "đóng" khả năng có thể hòa đồng bất kể tình huống bên ngoài, như giai đoạn tới hạn hàm ý. Thay vào đó, chúng phản ứng đối với kích thích môi trường.

Mặc dù điều này có vẻ giống như sự phân biệt học thuật, nhưng thực ra đề cập đến sự cứng nhắc của sự kiểm soát hành vi di truyền. Trong hòa đồng, chúng ta nhận thấy tình huống trong đó gien tạo ra "trạng thái sẵn sàng" để tiến hành loại tập quen này, nhưng thậm chí ở đây nó có thể được tình huống sửa đổi nếu những tình huống ấy không đủ đặc biệt. Tuy nhiên, đối với chim con trung bình, đây có thể là giai đoạn tới hạn vì những tình huống cực đoan như thế không chắc xảy ra trong tự nhiên.

Hòa đồng như sự xác định hành vi người lớn

Một hệ quả của giai đoạn tới hạn là quan niệm cho rằng sự hòa đồng không chỉ quyết định sự gắn bó trực tiếp mà còn quyết định hành vi động vật khi trưởng thành. Lorenz cho rằng động vật bố mẹ hành động như một "vai trò mẫu" đối với thú con, sao cho khi thú con phát triển chúng sẽ thể hiện hành vi phù hợp với chủng loài mà chúng đã hòa đồng. Điều này đặc biệt áp dụng đối với sự ưa thích tình dục: Lorenz cho rằng một động vật hòa đồng với thành viên thuộc chủng loài khác, khi trưởng thành, sẽ cố kết bạn với thành viên của chủng loài được chấp nhận chứ không giao phối với thành viên thuộc chủng loài của mình.

Các nhà nghiên cứu trước đây chứng minh rằng dựa vào tình huống thích hợp, chim con có thể hòa đồng với các đối tượng khác, kể cả nghiên cứu quả bóng cao su lớn và trong thí nghiệm khác là găng tay cao su màu vàng do người trợ lý mang khi đưa thức ăn vào chuồng. Guiton (1966) nghiên cứu tác dụng dài hạn của điều này và cho thấy, với điều kiện thú con có sự tiếp xúc tiếp theo sau với các thành viên thuộc chủng loài của mình, thì tác dụng hòa đồng có thể thay đổi: những động vật như thế khi lớn lên có sự ưa thích tình dục bình thường. Chỉ khi nào chúng bị tách riêng với số thành viên thuộc chủng loài của mình khi lớn lên thì mới có xáo trộn.

Hòa đồng như hành vi đặc trưng ở chủng loài

Khám phá sự hòa đồng tạo nhiều sự hưng phấn đáng kể trong giới nghiên cứu, ít nhất không phải vì nó có vẻ trình bày một cơ chế chứng minh sự gắn bó giữa thú con và người chăm sóc có thể hình thành ra sao. Đầu tiên, tất cả sự gắn bó được cho rằng xảy ra thông qua sự hòa đồng, và nghiên cứu ở động vật có vú, nhất là cừu và ngựa, chứng minh rằng chúng cũng có vẻ thể hiện sự hòa đồng. Điều này được chọn làm chứng cứ cho rằng sự hòa đồng là một cơ chế gắn bó phổ biến.

Nhưng ngựa và cừu giống như gà con, vịt con và ngỗng con là những **động vật có thể sống độc lập sau khi sinh.** Đối với động vật này, có một cơ chế cho phép sự gắn bó nhanh giữa thú con và bố mẹ là một cơ chế sống còn dứt khoát hay thậm chí là sự cần thiết. Động vật di chuyển, thơ thẩn vòng quanh một mình trong khoảng 1 tiếng đồng hồ tính từ lúc mới sinh hay nở rất dễ làm mồi cho các loại động vật ăn thịt cũng như hiểm nguy khác. Nhưng những chủng loài khác, kể cả con người, có những điều kiện khác nhau đối với trẻ, không cần phát triển sự gắn bó nhanh như thế. Thay vào đó, sự gắn bó ở con người diễn ra dần dần hơn, thông qua một loại tập quen khác.

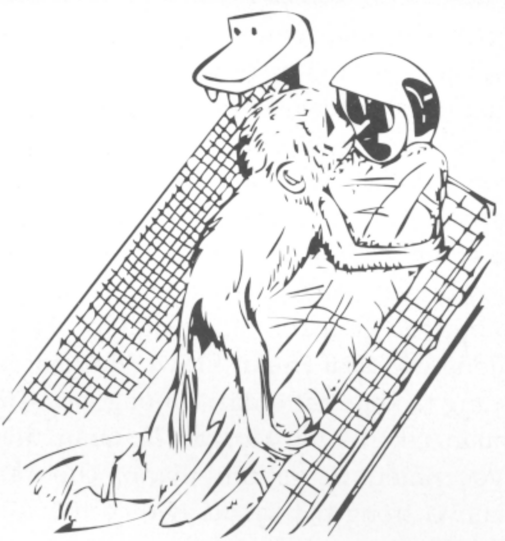
CÁC HÌNH THỨC GẮN BÓ KHÁC

Trước khi phát hiện sự hòa đồng, trường phái tâm lý học theo thuyết hành vi cho rằng trẻ phát triển sự gắn bó với mẹ mình vì mẹ cung cấp thức ăn và sự ấm áp. Quan điểm này vẫn thịnh hành một khoảng thời gian khá dài ở Mỹ vì hai lý do chính. Một là ảnh hưởng của tư tưởng theo thuyết hành vi trong tâm lý học nói chung cực kỳ mạnh, và lý do khác là ảnh hưởng của **tiêu chuẩn Lloyd Morgan,** mà chúng ta khảo sát ở đầu chương này. Tiêu chuẩn của Lloyd Morgan là quan điểm được nhiều người tán thành, cho rằng hành vi trong bất kỳ nơi nào có thể cũng nên giải thích sử dụng cơ chế có thể thấp nhất, trên thang độ tính phức tạp tâm lý hình thành sự liên kết giữa cảm giác an ủi và sự có mặt của người mẹ có thể xem là sự củng cố thứ cấp, nếu phát xuất từ việc cho bú.

Nhưng năm 1959, Harlow phủ nhận ý kiến này, bằng cách đưa ra chứng cứ cho thấy sự gắn bó ít nhất ở loài linh trưởng, có thể phát triển do các yếu tố khác. Harlow tiến hành một loạt nghiên cứu sự gắn bó ở khỉ con. Trong những nghiên cứu này, khỉ con được nuôi cách ly với các khỉ khác, được nuôi chung với mô hình trong chuồng, khỉ con bú sữa qua ống gắn trong mô hình ấy. Một số mô hình (mà Harlow gọi là người mẹ thay thế) làm bằng dây kim loại trần, một số có bọc vải mềm bên ngoài (Hình 22.9).

Harlow chứng minh rằng khỉ con tìm thấy sự an ủi qua xúc giác còn quan trọng hơn sự an ủi qua bú sữa. Khỉ con thích mô hình bọc vải hơn mô hình dây kim loại cho dù trong mô hình dây kim loại chúng có sữa bú. Ngoài ra, khỉ con biểu hiện tất cả dấu hiệu gắn bó với mô hình vải. Khi được cảnh báo, chẳng hạn bằng chú gấu nhồi bông lên dây cót vừa đi vừa đánh trống, khỉ con đeo bám vào mô hình vải. Cũng áp dụng khi khỉ con

Hình 22.9 Mẹ khỉ thay thế cho khỉ con



được cung cấp **trắc nghiệm hiện trường mở** – nghĩa là, khỉ con đặt vào một khoảng trống trong căn phòng lạ. Ban đầu, khỉ bám vào mô hình vải, nhưng sau đó dần dần bỏ tay ra, nhút nhát tìm hiểu căn phòng. Nhưng khỉ không bám mô hình dây kim loại cho dù không có mô hình bọc vải và mặc dù chúng đã uống sữa ở mô hình dây kim loại.

Điều rõ ràng là sự gắn bó liên quan nhiều hơn là việc cho bú và chăm sóc cơ thể. Từ nghiên cứu của Harlow, ban đầu có vẻ sự có mặt của mô hình người mẹ thay thế an ủi là tất cả những gì khỉ con cần để phát triển khỏe mạnh. Tuy nhiên khi nghiên cứu tiếp diễn, Harlow cùng đồng nghiệp nhận thấy không phải như thế. Khỉ con được nuôi bằng mô hình như thế, nhưng cách ly với các thành viên khác cùng chủng loài, phát triển không chuẩn, thể hiện rối loạn hành vi và xã hội nghiêm trọng.

Kết quả của sự gắn bó không phù hợp

Mặc dù khỉ con được nuôi cách ly thể hiện một số gắn bó với hình ảnh người mẹ thay thế, năm 1962 Harlow và Harlow công bố một luận văn chứng minh rằng khi bị sút giảm đáng kể về xúc cảm lẫn xã hội. Bằng cách so sánh với nhóm khỉ khác cùng độ tuổi, đã tách khỏi mẹ nhưng sống với số khỉ khác cùng chủng loài (nuôi 4 khỉ cùng tuổi chung với nhau), Harlow và Harlow chứng minh rằng số khỉ cách ly tiếp tục biểu hiện rối loạn cảm xúc kéo dài.

Sự sút giảm này bao´gồm sự bất lực trong việc liên hệ với số khỉ khác. Chúng dễ bị bắt nạt và thường nhận thấy mình bị ruồng bỏ. Số khỉ cách ly trước đây cũng có một số hành vi cực kỳ rối loạn, chẳng hạn như tự làm mình tổn thương, và khi đến mùa giao phối, một số không thể hiện hành vi giao phối thích hợp. Sự rối loạn của chúng được thuyên giảm không đáng kể đối với một số khỉ điều trị cùng với khỉ trưởng thành, điều chỉnh tốt, theo loại "đảo khỉ" trong sở thú.

Rối loạn có vẻ kéo dài rất lâu, điều này làm tăng vấn đề đạo đức, một số được đề cập trong Khung 22.2. Chẳng hạn, năm 1976, Ruppenthal *và người khác* báo cáo tác dụng dài hạn mà nghiên cứu ban đầu nêu ra đối với hành vi làm mẹ của số khỉ ấy. Ruppenthal *và người khác* chứng minh những khỉ ấy không thể hình thành sự gắn bó với số khỉ khác khi số khỉ con bản thân chúng cũng thể hiện không chắc có năng lực trong việc chăm sóc con cháu đầu tiên của mình – mặc dù đôi khi chúng tập quen từ kinh nghiệm ấy và có thể chăm sóc đứa con thứ hai. Chúng ta khảo sát nghiên cứu này chi tiết hơn trong phần sau.

LÀM BỐ MẸ Ở ĐỘNG VẬT

Làm bố mẹ ở động vật thường được quy cho hành động làm mẹ nhưng đây là một thuật ngữ hoàn toàn sai lầm về cách động vật chăm sóc con mình. Trong lĩnh vực này cũng như các lĩnh vực khác, nguyên tắc **tính đa dạng hành vi** rất hiển nhiên. Có vô số cách chăm sóc thú con khác nhau. Chẳng hạn, đa điều chăm sóc con

Khung 22.2 Vấn đề đạo đức trong nghiên cứu động vật

Phần lớn nghiên cứu được tiến hành thông báo cho các nhà nghiên cứu biết về tính chất gắn bó đều có ngụ ý đạo đức khá nghi vấn. Chẳng hạn, nhiều nghiên cứu tập trung vào kết quả của việc tách khỉ mẹ khỏi khỉ con, một phần vì một số nhà nghiên cứu cho rằng điều này có thể chấp nhận về mặt đạo đức nhiều hơn khi tiến hành nghiên cứu như thế ở khỉ, trong khi dĩ nhiên không thể áp dụng đối với con người. Gần đây hơn, giới nghiên cứu đặt nghi vấn liệu tiến hành những nghiên cứu với động vật như thế có được chấp nhận về mặt đạo đức hay không.

Nghiên cứu sự gắn bó ở khỉ con của Harlow liên quan đến số khỉ nâu được nuôi cách ly, kèm theo mô hình dây kim loại hay bọc vải. Chứng cứ gần đây hơn về tính chất đời sống xã hội ở khỉ nâu cho thấy ngay cả khi nuôi số khỉ này như các nhóm mẹ – con cũng cấu thành sự tước đoạt xã hội nghiêm trọng khi chúng là những động vật trong xã hội ở cấp cao như thế (de Waal, 1989). Không có gì ngạc nhiên, nuôi khỉ nâu trong sự cách ly cực đoan như thế tạo ra hành vi rối loạn nghiêm trọng.

Trong nghiên cứu khác (Suomi, Collins và Harlow, 1973), khỉ nâu con luôn tách khỏi mẹ ở các độ tuổi khác nhau. Một nhóm được tách sau 60 ngày, nhóm khác 90, và nhóm khác nữa 120 ngày. Những khoảng thời gian này được chọn lọc vì điều được biết là phản ứng sợ – chứng cứ đau buồn khi tách khỏi mẹ – có vẻ chín muồi trong khoảng 70 đến 80 ngày. Có lẽ không có gì ngạc nhiên, phản ứng nghiêm trọng nhất đối với sự cách ly được thể hiện ở số khỉ ấy lúc chúng 90 ngày tuổi. Một con đực và cái trong mỗi nhóm này được nuôi riêng; những con khác nuôi chung cặp. Thêm một lần nữa, không có gì phải ngạc nhiên, những khỉ này thể hiện sự đau buồn ngày càng tăng cũng như rối loạn tiếp theo sau rất nhiều.

Một phần, những nghiên cứu này cần được hiểu trong bối cảnh thời đại của chúng – nói chung, sự thịnh hành của phương pháp luận theo thuyết hành vi và bầu không khí xã hội xem khoa học độc lập với trách nhiệm xã hội. Ngày nay phải thẳng thắn đối với vấn đề liệu những nghiên cứu như thế có được phép hay không, dựa vào quy định và hướng dẫn chặt chẽ hơn trong quản lý nghiên cứu động vật và nhận thức trách nhiệm xã hội, vấn đề đạo đức nhiều hơn. Một nhà nghiên cứu bất kỳ muốn tiến hành nghiên cứu tính chất này cần phải đưa ra sự biện minh phương pháp vô cùng vững chắc, chứng minh cách giải quyết vấn đề mang ý nghĩa quyết định và cũng chứng minh cách giảm thiểu đau đớn và đau khổ tâm lý. Nhưng sự việc cũng đang thay đổi: vào lúc tiến hành những nghiên cứu này, có vẻ chúng cung cấp cho chúng ta thông tin quan trọng về sự gắn bó ở người. Mặc dù, ngày nay sự tương quan của chúng hoàn toàn không rõ ràng như thế.

mình trong những nôi lớn chứa đến 200 đà điểu con. Những nôi này chỉ do một vài đà điểu lớn chăm lo, rất có thể là con trống hay mái. Cá ngựa con phát triển trong một túi nhỏ nằm trong cơ thể cá ngựa bố, được bố chăm sóc khi đủ lớn có thể bơi được một mình, khi hiểm nguy đe dọa, cá con trở vào trong túi. Cầy mangút sống trong những bầy rất lớn trong đó cầy con được một nhóm "dì" nuôi chăm sóc, nói chung không hề có quan hệ máu mủ với cầy con.

Đề tài thường được mô tả là "hành vi làm mẹ" vì hai lý do. Thứ nhất tên đặt này phát sinh do sai lầm trong nửa đầu thế kỷ 20, phản ánh giả định xã hội của thời đại. Sau đó, trong hầu hết xã hội loài người (mặc dù không phải trong tất cả các gia đình) mẹ thường chăm sóc con, những người nghiên cứu hành vi động vật thường cho rằng ở các loài thú khác tình hình cũng thế. Bằng loại nhận thức chọn lọc chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 2, những mong đợi này đã khiến giới nghiên cứu bỏ qua hay xem nhẹ nhiều minh họa hành vi động vật khác với quan điểm này và chỉ lưu ý những quan điểm nào phù hợp. Và điều này dẫn đến lý do thứ 2, là vì giới nghiên cứu thường bỏ qua những chủng loài khác vì "chúng không điển hình", chúng ta chỉ biết nhiều thông tin nhất về hành vi động vật trong đó mẹ chăm sóc con.

Chuột thí nghiệm

Dĩ nhiên, động vật chúng ta biết đến nhiều nhất là chuột thí nghiệm. Gray (1971) đề cập nhiều thế hệ chuột được nuôi trong tình trạng giam cầm và chọn lọc vô tình đối với những đặc điểm chẳng hạn như tính điềm tĩnh và ít có khả năng cắn người nghiên cứu, dẫn đến nhiều sự khác biệt sinh lý làm cho chuột thí nghiệm khác hẳn với chuột hoang. Nhưng ngay cả chuột thí nghiệm vẫn còn một số hành vi bản năng nhất là khi phải chăm sóc chuột con.

Rosenblatt và Lehrmann (1963) mô tả trước khi sinh, chuột cái xây tổ bằng cách tập hợp nhiều mẩu vụn thích hợp làm thành góc hay vùng hẻo lánh khác. Ngay trước khi sinh, chuột tự liếm lông mình, khi chuột con ra đời, chuột mẹ liếm chúng và vùng xung quanh. Trong tuần đầu tiên, hành vi làm mẹ của chuột chủ yếu là xây tổ, cho con bú, liếm lông con và tha con về tổ nếu chúng đi lạc.

Phần lớn hành vi này có vẻ bẩm sinh. Riess (1950) chứng minh thậm chí chuột cái được nuôi cách ly từ lúc mới sinh có vẻ cũng biểu hiện điều này. Nhưng số chuột không hề có kinh nghiệm nào đảm nhận vấn đề thì không biểu hiện hành vi ấy, dường như biểu thị rằng thậm chí ở đây cũng có một số ảnh hưởng môi trường. Tuy nhiên, nghiên cứu này bao gồm việc đi đến một số mức độ khá cực đoan để chắc chắn rằng việc thiếu thực hành kể cả cắt cụt đuôi chuột, và cũng khá hoài nghi liệu có nuôi chuột theo cách cực đoan như thế thực sự có cho chúng ta biết về hành vi tự nhiên của chúng nói chung hay không. Có lẽ có thể chấp nhận nhiều hơn, Kinder (1927) chứng minh rằng môi trường đã có một số ảnh hưởng đến hành vi làm mẹ ban đầu, ở chỗ chuột xây tổ lúc nhiệt độ cao nhanh hơn lúc xây trời lạnh.

Trong tuần thứ hai số chuột con tỏ ra tích cực hơn, chuột cái mở rộng tổ bằng cách gia cố thêm các góc cạnh. Chuột con bò ra khỏi tổ thường xuyên, và đôi khi tránh khỏi bị chuột mẹ tha về. Chúng cũng cố gắng bú mẹ trong khi ở cách tổ khá xa với nhiều mức độ thành công khác nhau. Tất cả điều này có nghĩa rằng chuột mẹ ngày càng thể hiện hình thức hành vi phức tạp để giải quyết đám chuột con, vì thế phản ứng tha nhặt về đơn giản, tự động ít thường xuyên hơn.

Vào tuần thứ 3, chuột con bắt đầu ăn các loại thức ăn khác. Mặc dù đôi lúc chúng được phép bú trong chốc lát, chuột mẹ hiếm khi nằm thẳng để cho chúng bú và thường xoay người nhiều hơn. Hành vi tha nhặt về không xảy ra nữa: chuột con bị bỏ mặc tự tìm đường về tổ. Chuột mẹ vào lúc này cũng ngưng xây tổ hay hành vi bảo dưỡng vì vật liệu làm tổ thường rải rác khắp sàn. Chuột con lúc này rất tích cực, có khả năng sống độc lập.

Thỏ

Không giống nhiều chủng loài khác, trước khi sinh, thỏ ít có sự chuẩn bị. Thỏ cái nhanh chóng đào một đường rãnh, gom một số có hay rơm khô, nhổ lông mình lấp ổ (vào thời điểm này có sự thay đổi nội tiết tố nên lông dễ đứt hơn và xây tổ đẻ con. Khi đẻ ra, một ngày thỏ con bú chỉ vài phút mặc dù sự quan tâm của thỏ mẹ có phần nào khái niệm theo từng giống thỏ, thỏ mẹ thường chăm sóc con mình trong tổ vào khoảng 2 đến 3 tuần, sau thời gian này thỏ con rất hoạt động, tự mình kiếm ăn.

Phần lớn sự quan tâm của thỏ mẹ có vẻ tập trung vào việc xây tổ ấm và cho con bú. Không như các động vật khác, thỏ mẹ không tha, nhặt con về nếu chúng nằm ngoài tổ. Ross *và người khác* (1963) báo cáo một thí nghiệm trong đó thỏ con đặt nằm bên ngoài thùng tổ, nằm trên lối đi. Thỏ mẹ trong nghiên cứu có phản ứng khác nhau: một số liếm thỏ con, một số cho con bú, nhưng số khác chỉ ngửi con và một số thậm chí đứng lên con mình cho dù thỏ con la hét phản đối. Không có thỏ mẹ nào tha con về tổ. Nhưng thêm lần nữa nghiên cứu này tạo ra tình huống không hề xảy ra ở thỏ hoang vì thỏ con không bò ra khỏi tổ. Hành vi bố mẹ và hành vi của con luôn liên kết mật thiết với nhau.

Mèo

Trong một vài tuần cuối của thai kỳ, mèo cái tìm một nơi khô ráo, tối, yên tĩnh, lót vật gì đó mềm trên sàn, chuẩn bị đẻ con. Mức độ riêng tư cũng khác nhau: mèo hoang hay chưa thuần dưỡng sẽ dấu mèo con thật an toàn trong khi mèo nhà thường dễ dãi hơn. Khi đẻ ra, mèo mẹ liếm sạch lông con và hướng con về phía mèo mẹ. Schneirla, Rosenblatt và Tobach (1963) xem sự tương tác ban đầu này với mèo con như sự cung cấp cho mèo con điều cơ bản để phát triển mối quan hệ phức tạp hơn với mèo con sau này. Mèo con trở nên quen thuộc với cảm giác mẹ liếm và mùi của mèo mẹ khuyến khích sự phát triển nhận biết.

Sau khi sinh, mèo mẹ nằm bao quanh mèo con trong khoảng 12 tiếng. Sau đó, mặc dù mèo mẹ tiếp tục hành vi này nhưng sẽ đứng lên và bỏ mèo con trong thời gian ngắn cách quãng khoảng 2 tiếng. Khi quay trở lại, mèo mẹ đứng phía trên mèo con, đánh thức mèo con bằng cách liếm quyết liệt, sau đó nằm xuống, mèo con bắt đầu bú. Schneirla *và người khác* nhận thấy vào lúc này sự bao quanh mèo con cũng như mùi của mèo mẹ có tác dụng làm yên lòng mèo con.

Ngay sau khi sinh, mèo mẹ sẽ phản ứng với tiếng kêu của mèo con, nhặt và tha mèo con về tổ khi nghe con gọi. Mặc dù, thật lý thú, Leyhausen (1956) nhận thấy gợi ý thính giác rất cần thiết: mèo mẹ vào lúc này bỏ mặc mèo con nếu nhìn thấy nhưng không nghe tiếng con cho dù mèo con nằm ngoài ổ.

Trong 3 tuần đầu, mèo mẹ cho con bú thường xuyên, mỗi lần cho bú rất lâu. Điều này thường được khởi sự khi mèo mẹ trở lại ổ và nằm xuống. Nhưng từ tuần thứ 4, mèo con hoạt động hơn và bắt đầu theo mẹ tìm thức ăn cho dù bên ngoài ổ. Lúc đầu, mèo mẹ phản ứng trước những tiến bộ này, nhưng thời gian trôi qua mèo mẹ tránh mèo con ngày càng nhiều hơn, thường tránh mèo con bằng cách đi đến nơi mà mèo con không thể đến được. Vào lúc này mèo con cũng bắt đầu quan tâm đến những loại thức ăn khác. Hành vi này được xem là dấu hiệu báo trước sự cai sữa, diễn ra vào khoảng tuần thứ 6.

Khi mèo con lớn hơn, chúng đi theo mẹ trong khi mèo mẹ nằm trong tầm với, và bắt chước nhiều hành động của mẹ. Kuo (1938) chứng minh rằng mèo con được mèo mẹ nuôi khi chúng trưởng thành thường giết chuột nhiều hơn số mèo không mẹ. Chúng cũng bắt đầu có hành vi đi săn ở độ tuổi sớm hơn số mèo không có mẹ như thế. Wilson và Weston (1947) cho rằng mèo mẹ thực ra không dạy con cách săn trực tiếp vì mèo con đi kèm theo mẹ, chúng được đánh thức và kích thích vào thời điểm giết chuột, và vì thế cho rằng đi săn là một kinh nghiệm phần thưởng trong đời sống sau này. Điều này hầu như giống với thuyết tìm kiếm kích thích trong trò chơi của trẻ mà chúng ta nghiên cứu trong Chương 20.

Cừu

Một trong những vấn đề mà các nhà nghiên cứu tìm hiểu là làm cách nào cừu mẹ và cừu con có thể phân biệt với những thành viên khác nhau trong một bầy cừu, và chỉ tương tác với nhau. Cừu là động vật **có thể sống độc lập sau khi sinh**, học cách nhận ra cừu mẹ rất nhanh. Tuy nhiên, chúng không theo mẹ như các thú con khác. Sau khi bú xong, cừu thường lăn ra ngủ, cừu mẹ đi nơi khác ăn cỏ, cừu con thức dậy đi thơ thẩn, có vẻ buồn vì không có mẹ. Cừu con bắt đầu ăn cỏ chung với mẹ trong vòng vài tuần sau khi sinh nhưng thường đi chơi xa hơn khi chúng càng lớn, mặc dù cừu con thường chạy trở về mẹ và bú mẹ khi chúng hoảng hốt.

Khi cừu mẹ nhận thấy mất cừu con, sẽ đi kiếm và kêu to. Murie (1944) nhận thấy cừu con có vẻ biết được tiếng kêu của mẹ mình, mặc dù cừu mẹ đôi lúc phản ứng với tiếng kêu của cừu con nhưng không phải là con mình nếu tiếng kêu ấy giống. Thật thú vị, tầm nhìn ít nhất đối với cừu lâu năm là điều quan trọng trong việc nhận biết cừu mẹ cũng như tiếng kêu. Hersher, Richmond và Moore (1963a) nhận thấy nếu cừu mẹ khi vừa bị xén lông, cừu con sẽ chạy hướng về tiếng kêu của cừu mẹ nhưng sau đó chạy thẳng qua khỏi cừu mẹ, không nhận ra mẹ mình. Ngoại lệ duy nhất đối với điều này được một nhóm nghiên cứu hành vi động vật nhận thấy trong nông trại, cừu con có mẹ cừu có chân nâu, do đó dễ dàng nhận ra, và một dê con cũng được cừu mẹ cho bú.

Trong khi nuôi con, mèo thường được thuyết phục nhận mèo con khác không phải con của mình, nhưng cừu không có chuyện này. Lamond (1949) nhận thấy cừu thường được thuyết phục nhận cừu con khác vào ngày đầu tiên sau khi sinh, nếu dùng sữa của cừu mẹ xịt lên người cừu con, cho thấy mùi là một yếu tố quan trọng. Mặc dù những kỹ thuật khác như quấn da cừu đã chết lên mình cừu con nhưng thành công kém hơn, bất kể có nhiều nông dân khẳng định rằng trước đây áp dụng kỹ thuật này thành công.

Hersher, Richmond và Moore (1963b) cho rằng có một giai đoạn nhạy cảm trong đó cừu mẹ nhận biết con mình trong một quá trình khá giống với quá trình hòa đồng. Ngay sau khi sinh, cừu cái sẽ làm mẹ một cừu con bất kỳ, nhưng sau vài tiếng cừu cái chỉ làm mẹ con của mình và từ chối số cừu con khác. Các nhà nghiên cứu cho rằng thị giác là một yếu tố quan trọng ở đây, ở chỗ cừu mẹ dành nhiều thời gian để ngửi cừu lạ trước khi quan sát xem cừu lạ này có giống với con mình hay không. Cừu mẹ cũng có khả năng nhận cừu con khác làm con nuôi nếu giống với đứa con mà mình đã mất.

Hersher cũng nhận thấy thậm chí sau khi đã qua giai đoạn nhạy cảm, cừu mẹ vẫn còn có khả năng nhận cừu con khác nhưng chỉ khi nào cả hai được nuôi trong môi trường gần gũi từ 24 tiếng trở lên, và cừu mẹ không nhận cừu con khác nữa. Dĩ nhiên, cũng như với quá nhiều nghiên cứu khác như thế, đây là những điều kiện không hẳn phát sinh trong tự nhiên.

Từ 3 đến 6 tháng tuổi, cừu con thôi bú, cừu mẹ dần dần không quan tâm đến cừu con. Hành vi gọi và bú của cừu con ngày càng ít thường xuyên hơn. Và lúc này, cừu con ngày càng dành nhiều thời gian trong "trường học" – các nhóm cừu khác đông hơn cùng độ tuổi. Lúc này cừu con đã 8 tháng tuổi, ít có dấu hiệu về mối quan hệ với hành vi của mẹ. Đôi lúc cừu con vẫn đến gần mẹ, mặc dù hành vi này ngày càng thưa thớt hơn.

Khỉ nâu

Như chúng ta đã biết, nhóm nghiên cứu của Harlow tiến hành nhiều nghiên cứu gắn bó ở khỉ nâu. Hoàn toàn tự nhiên, những nghiên cứu này dẫn đến nhiều nhận xét chi tiết về hành vi làm mẹ, khi họ cố nhận dạng nuôi con có những đặc điểm cần thiết gì để có được sự hội nhập xã hội tích cực của khỉ nâu con. Harlow, Harlow và Hansen (1963) báo cáo hành vi làm mẹ đối với khỉ con tốt nhất có thể mô tả theo 3 giai đoạn, liệt kê trong Bảng 22.5.

Năm 1976, Ruppenthal và người khác báo cáo nghiên cứu liệu việc thiếu gắn bó ở thời sơ sinh có ảnh hưởng đến hành vi làm mẹ hay không. Trong nghiên cứu của Ruppenthal, có đến 50 khỉ nâu cái tham gia – cũng cùng số khỉ tham gia nghiên cứu ban đầu về sự gắn bó của Harlow. Vào lúc này, 25 khỉ con được nuôi bằng cách thay thế mẹ khỉ bằng lưới dây kim loại, cách ly trong những chuồng dây kim loại trần. Trong các chuồng, chúng có thể nhìn và nghe số khỉ khác nhưng không thể tương tác với nhau. 17 khỉ con khác được nuôi bằng cách thay thế mẹ bằng vải, cũng cách ly nhưng có thể nhìn và nghe số khỉ khác. Có hơn 8 con khỉ được nuôi thành 2 nhóm, mỗi nhóm 4 con, với sự tiếp xúc với những con khác cùng độ tuổi bắt đầu khi khỉ từ 2 tuần đến 3 tháng tuổi và kéo dài ít nhất 4 tháng.

Mỗi con khỉ trong số này có mang – một số bằng thụ tinh nhân tạo, một số bằng phương pháp tự nhiên – người ta quan sát hành vi làm mẹ của chúng. Ruppenthal *và người khác* nhận thấy loại nuôi dưỡng mà khỉ mẹ trải qua trực tiếp ảnh hưởng đến hành vi làm mẹ của chúng. Trong khi tiến hành quan sát các nhà nghiên cứu phân hành vi thành 3 loại: "thích hợp", "thờ ơ" và "ngược đãi" (xem Bảng 22.6), nhận thấy số khỉ được nuôi bằng mẹ thay thế dây đồng hay mẹ thay thế vải thường không trở thành

Bảng 22.5 Ba giai đoạn trong hành vi làm mẹ

Bảo vệ: Giai đoạn này kéo dài khoảng tháng đầu tiên sau khi sinh. Trong thời điểm này, mẹ tiếp xúc cơ thể mật thiết với con, dành phần lớn thời gian để nâng niu, cho bú, chải chuốt, tha nhặt về nếu con bò đi nơi khác. Về phần mình, con dành nhiều thời gian bám vào lông mẹ và quan sát sự kiện ở gần hay bú mẹ.

Vừa yêu vừa ghét: Giai đoạn này chỉ kéo dài khoảng từ 2 tháng tuổi (mặc dù ở một số động vật bắt đầu muộn hơn) cho đến khi con khoảng 15 tháng tuổi (thêm lần nữa điều này có thể thay đổi tùy theo cá thể liên quan). Trong giai đoạn này, mẹ thể hiện hành vi vuốt ve cơ thể, thể hiện tình cảm và trừng phạt, phủ nhận hành vi đối với con. Có thể qui cho giai đoạn này mang tính khá lệch lạc ở chỗ có nhiều thay đổi đặc biệt trong suốt giai đoạn này: lúc đầu, mẹ thể hiện hành vi thương mến nhiều hơn trừng phạt nhưng số lượng tăng dần cùng với thời gian, cho đến sau cùng, tỉ lệ trừng phạt so với thương mến cao hơn rất nhiều. Gần cuối giai đoạn này, mẹ đôi khi tạo ra sự trừng phạt không được gợi ra hiển nhiên thường bao gồm sự phủ nhận đứa con bằng cách cắn tha con đi hay dùng một cánh tay ẩm con.

Phủ nhận: Trong giai đoạn thứ ba, mẹ chủ động từ bỏ con, không cho con đến gần và đụng chạm cơ thể, thường đuổi con đi nơi khác một cách gây hấn. Tuy nhiên, Harlow *và người khác* nhận xét đứa con thường được nhìn thấy trong sự gần gũi với mẹ vào lúc này cho dù thực sự không đụng vào người mẹ, và họ nhấn mạnh rằng cá thể động vật khác nhau ở mức độ phủ nhận hay có tình cảm mà chúng biểu hiện.

Nguồn: Phỏng theo Harlow và người khác, 1963

Bảng 22.6 Phân loại hành vi làm mẹ

Thích hợp	Hành vi làm mẹ trong đó trẻ hoàn toàn được người mẹ chăm sóc, khi cần thiết không có sự can thiệp của nhân viên phòng thí nghiệm.
Thờ ơ	Hành vi làm mẹ trong đó khỉ mẹ không nuôi khỉ con và ít thể hiện sự quan tâm đối với việc nuôi con ít nhất đối với vài ngày đầu. Trong những trường hợp này, nhân viên phòng thí nghiệm phải cho khỉ con bú, khỉ mẹ thường không thể hiện phản ứng bất kỳ khi mang khỉ con đi nơi khác. Loại này được duy trì trong vài ngày đầu nhưng có chứng cứ cho thấy một số loài khỉ có vẻ phát triển sự gắn bó với khỉ con muộn hơn, sau khi tiếp xúc với khỉ con một khoảng thời gian.
Ngược đãi	Một số khỉ mẹ biểu hiện sự phủ nhận quyết liệt đối với khỉ con, thậm chí tấn công và giết chết khỉ con. Trong những trường hợp này, sự can thiệp của nhân viên là cần thiết để cho khỉ con bú cũng như bảo vệ khỉ con: nếu để khỉ con ở chung với khỉ mẹ là điều vô cùng nguy hiểm.

Nguồn: Phỏng theo Ruppenthal và người khác, 1976

những khỉ mẹ thích hợp – chúng thờ ơ hay ngược đãi, nhất là ngược đãi. Số khỉ nuôi bằng mẹ thay thế dây đồng thường ngược đãi con mình nhiều hơn số khỉ nuôi bằng mẹ thay thế vải, nhưng không có khỉ nào đạt được tiêu chuẩn làm mẹ được mô tả là thích hợp. Một số nhóm thay thế vải thờ ơ trong khi hầu hết nhóm thay thế dây đồng đều ngược đãi.

Tuy nhiên, số khỉ được nuôi khi có mặt số khỉ cùng tuổi thì kiểm soát việc chăm sóc con mình tốt hơn. Ruppenthal *và người khác* nhận thấy khi con được giới thiệu cho số khỉ khác ở độ tuổi sớm hơn thì sau này chúng có nhiều khả năng trở thành khỉ mẹ thích hợp hơn. Điều cũng nổi bật là số khỉ đã có thời kỳ thanh niên sống ở "đảo khỉ" trong sở thú chung với khỉ đực "bình thường" (nghiên cứu dường như cho thấy kết quả của việc nuôi dạy chúng có thể thay đổi hoàn toàn) cũng có nhiều khả năng sau cùng tạo ra khỉ mẹ thích hợp hơn.

Nghiên cứu này có vẻ chứng minh rằng mặc dù tác dụng của kinh nghiệm ban đầu không hẳn không thể thay đổi nhưng đối với một vài cá thể có thể thay đổi được. Mặc dù, thật lý thú, thậm chí một số khỉ mẹ tỏ ra thờ ơ hay khá ngược đãi đối với con đầu lòng thường chăm sóc con thứ hai thích hợp hơn. Ruppenthal *và người khác* nhận thấy khi mẹ dành từ 48 tiếng trở lên để tiếp xúc với con đầu lòng hầu như luôn thể hiện sự chăm sóc thích hợp đối với con thứ hai, vì thế chắc chắn ở đây có kinh nghiệm tập quen diễn ra. Những số khỉ có con bị chết hay mang đi khỏi khỉ mẹ trước 48 tiếng đều không tập quen. Trong một vài trường hợp cực đoan, một số khỉ phản ứng mạnh bạo đối với khỉ con đến mức giết chết khỉ con rất nhanh, do đó không hề biết được khả năng xử lý chúng.

Những chứng cứ này ngụ ý rằng tiếp xúc và tập quen xã hội là những yếu tố cần thiết trong việc phát triển những kỹ thuật làm mẹ thích hợp, ít nhất ở loài linh trưởng. Như chúng ta đã thấy, số khỉ có kinh nghiệm tiếp xúc xã hội với số khỉ khác khi chúng còn trẻ thì có nhiều khả năng chăm sóc khỉ con hơn, nếu tiếp xúc xã hội bắt đầu sớm hơn thì kết quả càng tốt hơn. Nhưng không có sự tiếp xúc với số khỉ trưởng thành – hoàn toàn chỉ tiếp xúc xã hội với số khỉ khác cùng độ tuổi. Tương tự, số khỉ mẹ đã tiếp xúc với khỉ con từ 48 tiếng trở lên có nhiều khả năng trở thành khỉ mẹ thích hợp hơn.

Ruppenthal *và người khác* nhận xét rằng thật đáng chú ý khi đối với khỉ chỉ cần một ít thời gian là có thể tập quen cách làm mẹ thích hợp.

Hành vi làm mẹ nói chung

Nghiên cứu hành vi làm mẹ ở các loài động vật có vú khác cho chúng ta thấy có sự khác nhau đáng kể trong cách nuôi con của những chủng loài khác nhau. Đặc biệt khi nghiên cứu các loài linh trưởng, chúng ta nhận thấy sự lệ thuộc vào tập quen ngày càng tăng và hoàn toàn là khả năng thích nghi với hành vi khi trưởng thành, thậm chí đối mặt với tình trạng tước đoạt hoàn toàn nghiêm trọng hay tính riêng tư ở thời sơ sinh. Dựa vào khuynh hướng khái quát hóa từ những nghiên cứu ở động vật cho đến con người, đây là điều quan trọng nên lưu ý.

Yếu tố quan trọng khác trong nghiên cứu hành vi làm mẹ thường là **sự tương tác** giữa mẹ và con. Thường khó gỡ rối sự tương tác giữa cả hai- nếu chúng ta muốn nghiên cứu mẹ hành xử ra sao thì cũng cần lưu ý đến hành động của con. Vì thế, chẳng hạn, Harlow *và người khác* nhận thấy mặc dù khỉ nâu sẵn sàng chấp nhận và cho mèo con bú nhưng không thể duy trì hành vi ấy vì mèo con không thể bám vào lông khỉ mẹ được và sẽ bị bỏ lại nếu không bám được lông. Mặc dù khỉ mẹ tìm và nhặt mèo con về trong vài ngày nhưng sau cùng cũng bỏ cuộc, bỏ mèo con. Hành vi nhu cầu chăm sóc cũng nên xét đến trong bối cảnh con đeo bám lấy mẹ: nhu cầu liên kết mật thiết với cá thể khác.

Sau đó chúng ta thấy rằng hành vi động vật có thể được xem như sự tương tác của các yếu tố di truyền, môi trường và xã hội. Động vật cũng như con người phát triển nhiều cơ chế khác nhau giúp họ có khả năng hoạt động hiệu quả trong sự kiềm chế của môi trường. Trong chương sau, chúng ta sẽ xét đến một số lĩnh vực hành vi động vật đặc biệt thu hút sự quan tâm của các nhà tâm lý học so sánh: về sự tìm hiểu, kết bạn và giao phối, tổ chức xã hội, cách động vật thể hiện tính vùng, và nghiên cứu những lĩnh vực này đã gây nhiều tranh luận về sự tiến hóa và cơ chế tiến hóa ra sao.

Từ khóa

Năng lượng hành động cụ thể: Năng lượng chỉ liên quan với một loại hành vi cụ thể chẳng hạn như ăn hay uống, và được nghĩ tương trưng cho một xu thế bên trong.

Thuyết vật linh: Nhận biết và phản ứng với những đồ vật vô tri (đá, máy tính, ô tô, v.v...) như thể chúng đang sống và có ý thức.

Thuyết hình người: Đưa đặc điểm, suy nghĩ và cảm xúc của con người vào động vật.

Điệu bộ nhân nhượng: Hành động kế thừa được cho rằng ức chế hành vi gây hấn từ số thành viên khác trong chủng loài.

Hành vi mong muốn: Hành vi gia tăng khả năng có thể thỏa mãn nhu cầu (như kiếm nước uống khi khát).

Tính đa dạng sinh học: Nguyên tắc tiến hóa hình thành đời sống, hành vi và sự tương tác môi trường thay đổi càng nhiều càng tốt để tìm hiểu như càng nhiều tuyến sống còn tiềm năng càng tốt.

Nhiễm sắc thể: Chuỗi ADN dài trong nhân tế bào, xếp thành các đôi tương ứng.

Hành vi hoàn bị: Hành vi trực tiếp thỏa mãn trạng thái nhu cầu bên trong chẳng hạn như uống nước khi khát.

Kích thích hoàn bị: Sự kích thích trực tiếp thỏa mãn trạng thái nhu cầu bên trong như việc có trứng trong ổ đối với gà mái đang ấp.

Thể hiện tìm hiểu: Chuỗi hành vi, đặc biệt đối với chủng loài mà một động vật cụ thể thực hiện để thu hút bạn tình

Giai đoạn tới hạn: Thời gian được quyết định theo di truyền trong sự phát triển khi một hình thức tập quen đặc biệt phải diễn ra nói chung, nếu trước đây đã từng được tập quen.

Sự tiến hóa: Quá trình phát triển chủng loài thông qua những thay đổi di truyền nhỏ dẫn đến sự khỏe mạnh thích nghi đối với cá thể.

Các mẫu hành động cố định: Chuỗi hành vi kế thừa được thực hiện để phản ứng với một dấu hiệu kích thích.

Gien: Đơn vị di truyền về sinh học được tượng trưng bằng một chuỗi ADN cụ thể.

Tập hợp gien: Toàn bộ dải đặc điểm kế thừa có thể có sẵn trong gien của một quân số động hay thực vật nhất định.

Cơ chế phóng thích bẩm sinh (IRM): "Khởi sự" giả thuyết kích hoạt mẫu hành động cố định khi có sự hiện diện của kích thích môi trường thích hợp.

Luật nỗ lực: Nguyên tắc trong sự hòa đồng cho rằng thú con phải đi theo bố mẹ càng cố gắng hơn thì sự liên kết hòa đồng trở nên gắn bó hơn.

Sự trưởng thành: Quá trình phát triển về mặt sinh học, vì thế trải qua những thay đổi liên quan đến độ tuổi do di truyền quyết định.

Trắc nghiệm hiện trường mở: Trắc nghiệm nhận dạng các mức độ lo âu hay gắn bó, trong đó động vật hay con người được đặt trong một không gian rộng mở, để người khác quan sát phản ứng của họ.

Thang phát sinh chủng loài: Lập thứ tự chủng loài theo hệ thống thứ bậc, thường được sắp xếp theo cách chẳng hạn như con người ở vị trí cao nhất, còn những chủng loài khác được "xếp hạng" tùy theo mức độ sự giống nhau với con người.

Sự phát sinh chủng loài: Chuỗi tiến hóa qua đó một chủng loài cụ thể phải trải qua

Sự cân bằng nhấn mạnh: Tiếp cận tìm hiểu sự tiến hóa cho rằng sự thay đổi tiến hóa diễn ra trong các đợt bùng phát nhanh, tiếp đến là những giai đoạn tương đối ổn định để phản ứng với những thay đổi môi trường.

Giai đoạn nhạy cảm: Thời điểm khi động vật sẵn sàng về mặt di truyền để phản ứng với một kích thích môi trường cụ thể.

Dấu hiệu kích thích: Dấu hiệu khởi sự cơ chế phóng thích bẩm sinh đối với hành vi kế thừa.

Giải thích mục đích luận: Giải thích nhấn mạnh chức năng của một hiện tượng chẳng hạn như tại sao nó xảy ra hay phát triển

Thể hiện đe dọa: Các mẫu hành vi kế thừa nhằm mục đích đe dọa số thành viên khác trong cùng chủng loài, đôi khi báo hiệu cho sự tấn công.

Tóm tắt

1. Tâm lý học so sánh liên quan đến hành vi động vật. Khái niệm cơ bản trong tâm lý học so sánh bao gồm tiêu chuẩn của Lloyd Morgan, phát biểu rằng nên sử dụng mức độ giải thích có thể ở mức thấp nhất.
2. Thuyết tiến hóa là cơ sở trong tâm lý học so sánh, bao gồm nguyên tắc tính đa dạng sinh học và tính đa dạng hành vi, sự di truyền và với sự chú ý, khái niệm thang phát sinh chủng loài.
3. Hành vi được kiểm soát theo di truyền mang hình thức các mẫu hành động cố định, có vẻ là do sự trưởng thành. Chúng cũng thể hiện khi một dấu hiệu kích thích kích hoạt một cơ chế phóng thích bẩm sinh.
4. Mô hình nước của hành vi bản năng cho rằng có một bể chứa năng lượng hành động cụ thể được phóng thích dưới dạng các mẫu hành động cố định. Giới nghiên cứu sau này phủ nhận quan điểm này.
5. Có thể nhìn thấy nhiều giai đoạn trung gian trong sự kiểm soát hành vi giữa hành vi do di truyền quyết định và hành

vi tập quen. Những giai đoạn trung gian này bao gồm những hình thức tính sẵn sàng tập quen và những giai đoạn tới hạn, nhạy cảm.

6. Sự hòa đồng là hình thức tập quen đặc biệt, trong đó một động vật có thể sống độc lập sau khi sinh nhận dạng cá thể bố mẹ trong giai đoạn nhạy cảm, sau đó đi theo cá thể bố mẹ. Nghiên cứu sự hòa đồng dẫn đến Luật nổ lực, và một số tranh luận về tính chất kéo dài của kết quả.
7. Nghiên cứu sự gắn bó ở loài khỉ nâu cho thấy yếu tố quan trọng nhất đối với sự phát triển xã hội thường là tiếp xúc với các thành viên khác trong chủng loài.
8. Nghiên cứu hành vi bố mẹ ở động vật có vú cho thấy thường là sự kết hợp thành phần di truyền và tập quen, có thể thay đổi nhiều hơn khi chúng ta chuyển lên cao hơn trong thang hình thành chủng loài.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy phác họa những đặc điểm dễ phân biệt của hành vi bản năng.
2. Hãy mô tả những nguyên tắc chính của sự hòa đồng.
3. Bạn hiểu gì về nguyên tắc tính đa dạng sinh học? Hãy cho ví dụ ứng dụng nguyên tắc vào hành vi động vật.

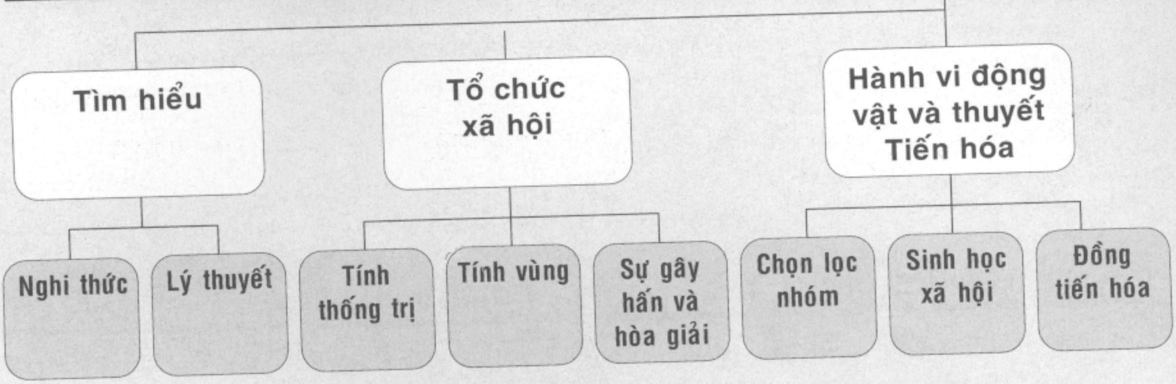
Câu hỏi thảo luận

1. Hãy cho ví dụ, mô tả những cơ chế cơ bản phát triển chủng loài khác nhau.
2. Hãy đánh giá có phê phán mô hình nước của hành vi bản năng.
3. "Tất cả tập quen đều có nguồn gốc di truyền", sử dụng chứng cứ so sánh, hãy giải thích và đánh giá phát biểu này.

chương

23

Hành vi động vật


Tìm hiểu
Tổ chức xã hội
Hành vi động vật và thuyết Tiến hóa
Nghi thức
Lý thuyết
Tính thống trị
Tính vùng
Sự gây hấn và hòa giải
Chọn lọc nhóm
Sinh học xã hội
Đồng tiến hóa

Đối tượng nghiên cứu

23.1. Tìm hiểu

a. Nhận dạng cơ chế liên quan đến nghi thức tìm hiểu

b. Mô tả thuyết tìm hiểu

c. Áp dụng thuyết tìm hiểu vào các minh họa cụ thể

23.2. Hệ thống thứ bậc thống trị

a. Mô tả đặc điểm tổ chức xã hội theo thứ bậc

b. Đánh giá khái niệm trật tự mổ hạt trực tuyến

c. Mô tả nghiên cứu tổ chức xã hội theo thứ bậc ở động vật

23.3. Tổ chức xã hội

a. Phác họa yếu tố ảnh hưởng đến tổ chức xã hội trên cơ sở tính thống trị

b. Mô tả nghiên cứu ảnh hưởng môi trường đối với tổ chức xã hội động vật

c. Nhận dạng các nguồn sai sót trong quan sát động vật

23.4. Các loại tính vùng

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến tính vùng

b. Nhận dạng những hình thức khác nhau của tính vùng động vật

c. Mô tả nghiên cứu hành vi tính vùng ở động vật

23.5. Thuyết tính vùng

a. Mô tả khái niệm cơ bản liên quan đến tính vùng

b. Phác họa thuyết tính vùng

c. Đánh giá thuyết hành vi theo vùng

23.6. Sự gây hấn và hòa giải

a. Phác họa mô hình gây hấn nghi thức hóa của Lorenz

b. Đánh giá giải thích hành vi gây hấn ở động vật

c. Đánh giá khái niệm hòa giải

23.7. Quá trình tiến hóa

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến quá trình tiến hóa

b. Đánh giá quan điểm sinh học xã hội

c. Phác họa những điểm chính của sự đồng tiến hóa

23.8. Thuyết tiến hóa

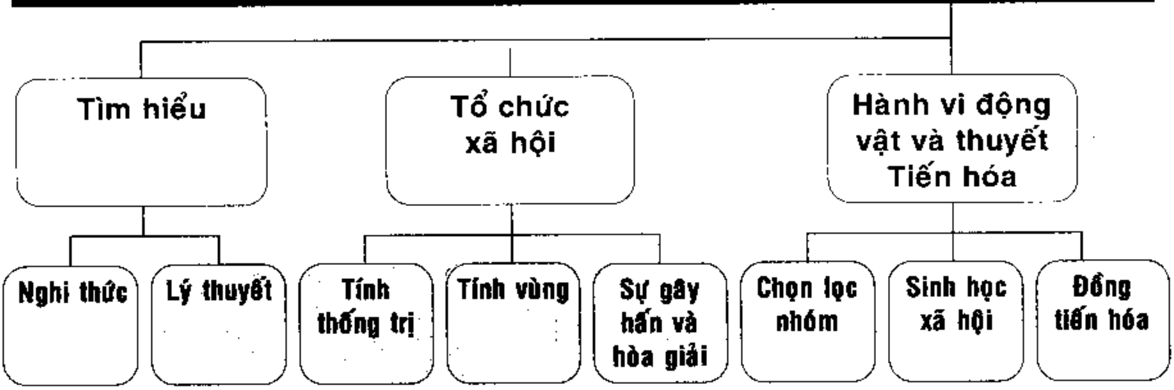
a. Mô tả các thuyết tiến hóa khác nhau

b. Đánh giá thuyết tiến hóa khác nhau

c. Áp dụng khái niệm các mức độ giải thích đối với hành vi động vật

chương 23

Hành vi động vật



Tìm hiểu
Tổ chức xã hội
Hành vi động vật và thuyết Tiến hóa
Nghi thức
Lý thuyết
Tính thống trị
Tính vùng
Sự gây hấn và hòa giải
Chọn lọc nhóm
Sinh học xã hội
Đồng tiến hóa

Đối tượng nghiên cứu

23.1. Tìm hiểu

a. Nhận dạng cơ chế liên quan đến nghi thức tìm hiểu

b. Mô tả thuyết tìm hiểu

c. Áp dụng thuyết tìm hiểu vào các minh họa cụ thể

23.2. Hệ thống thứ bậc thống trị

a. Mô tả đặc điểm tổ chức xã hội theo thứ bậc

b. Đánh giá khái niệm trật tự mổ hạt trực tuyến

c. Mô tả nghiên cứu tổ chức xã hội theo thứ bậc ở động vật

23.3. Tổ chức xã hội

a. Phác họa yếu tố ảnh hưởng đến tổ chức xã hội trên cơ sở tính thống trị

b. Mô tả nghiên cứu ảnh hưởng môi trường đối với tổ chức xã hội động vật

c. Nhận dạng các nguồn sai sót trong quan sát động vật

23.4. Các loại tính vùng

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến tính vùng

b. Nhận dạng những hình thức khác nhau của tính vùng động vật

c. Mô tả nghiên cứu hành vi tính vùng ở động vật

23.5. Thuyết tính vùng

a. Mô tả khái niệm cơ bản liên quan đến tính vùng

b. Phác họa thuyết tính vùng

c. Đánh giá thuyết hành vi theo vùng

23.6. Sự gây hấn và hòa giải

a. Phác họa mô hình gây hấn nghi thức hóa của Lorenz

b. Đánh giá giải thích hành vi gây hấn ở động vật

c. Đánh giá khái niệm hòa giải

23.7. Quá trình tiến hóa

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến quá trình tiến hóa

b. Đánh giá quan điểm sinh học xã hội

c. Phác họa những điểm chính của sự đồng tiến hóa

23.8. Thuyết tiến hóa

a. Mô tả các thuyết tiến hóa khác nhau

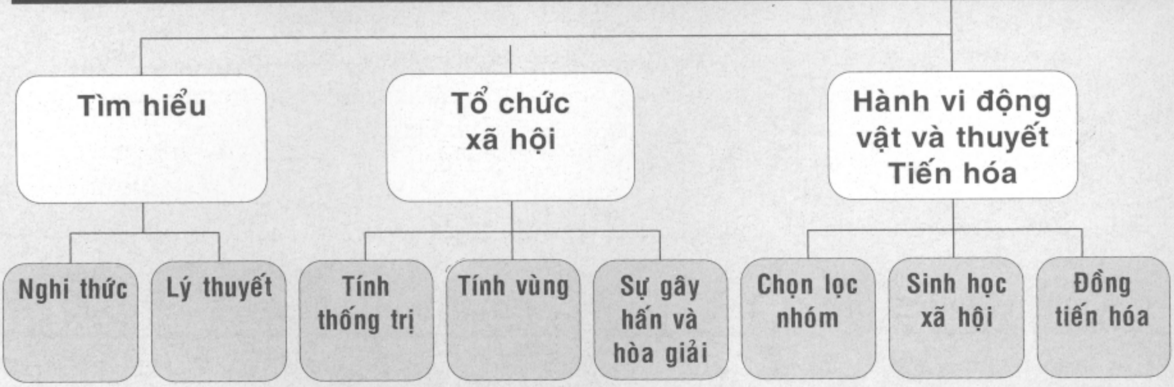
b. Đánh giá thuyết tiến hóa khác nhau

c. Áp dụng khái niệm các mức độ giải thích đối với hành vi động vật

chương

23

Hành vi động vật


Tìm hiểu
Tổ chức xã hội
Hành vi động vật và thuyết Tiến hóa
Nghi thức
Lý thuyết
Tính thống trị
Tính vùng
Sự gây hấn và hòa giải
Chọn lọc nhóm
Sinh học xã hội
Đồng tiến hóa

Đối tượng nghiên cứu

23.1. Tìm hiểu

a. Nhận dạng cơ chế liên quan đến nghi thức tìm hiểu

b. Mô tả thuyết tìm hiểu

c. Áp dụng thuyết tìm hiểu vào các minh họa cụ thể

23.2. Hệ thống thứ bậc thống trị

a. Mô tả đặc điểm tổ chức xã hội theo thứ bậc

b. Đánh giá khái niệm trật tự mổ hạt trực tuyến

c. Mô tả nghiên cứu tổ chức xã hội theo thứ bậc ở động vật

23.3. Tổ chức xã hội

a. Phác họa yếu tố ảnh hưởng đến tổ chức xã hội trên cơ sở tính thống trị

b. Mô tả nghiên cứu ảnh hưởng môi trường đối với tổ chức xã hội động vật

c. Nhận dạng các nguồn sai sót trong quan sát động vật

23.4. Các loại tính vùng

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến tính vùng

b. Nhận dạng những hình thức khác nhau của tính vùng động vật

c. Mô tả nghiên cứu hành vi tính vùng ở động vật

23.5. Thuyết tính vùng

a. Mô tả khái niệm cơ bản liên quan đến tính vùng

b. Phác họa thuyết tính vùng

c. Đánh giá thuyết hành vi theo vùng

23.6. Sự gây hấn và hòa giải

a. Phác họa mô hình gây hấn nghi thức hóa của Lorenz

b. Đánh giá giải thích hành vi gây hấn ở động vật

c. Đánh giá khái niệm hòa giải

23.7. Quá trình tiến hóa

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến quá trình tiến hóa

b. Đánh giá quan điểm sinh học xã hội

c. Phác họa những điểm chính của sự đồng tiến hóa

23.8. Thuyết tiến hóa

a. Mô tả các thuyết tiến hóa khác nhau

b. Đánh giá thuyết tiến hóa khác nhau

c. Áp dụng khái niệm các mức độ giải thích đối với hành vi động vật

Trong chương trước, chúng ta xét đến một số cơ chế cơ bản hoạt động trong hành vi động vật: cơ chế hành vi bản năng, cơ chế tập quen và cơ chế giai đoạn tới hạn và nhạy cảm. Trong chương này, chúng ta khảo sát tiếp một số trường hợp khác về hành vi động vật, xem những cơ chế ấy tham gia việc hình thành nghi thức tìm hiểu, kết bạn và giao phối ra sao, và chúng được sử dụng như thế nào để giải thích chứng cứ về tổ chức xã hội và tính vùng trước khi khảo sát một số giải thích được đề xuất, để giải thích hành vi động vật.

TÌM HIỂU

Các nhà tập tính học nghiên cứu hành vi động vật thường quan tâm đến cách mà một số mẫu hành vi có vẻ chỉ xảy ra ở một số chủng loài này nhưng không xảy ra ở chủng loài khác cho dù chúng có quan hệ gần với nhau. Nhiều nghi thức tìm hiểu thuộc nhóm này chẳng hạn như lăn trứng mà Lorenz nghiên cứu ở loài ngỗng xám (xem Chương 22). Động vật hành động theo cách rất khác nhau, và trong phần này chúng ta sẽ khảo sát một số minh họa về sự đa dạng diễn ra ở các chủng loài.

Hành vi động vật thường đặc trưng đối với chủng loài cụ thể, không có nghĩa là chúng ta không thể phân loại chúng. Các nhà tập tính học nhận thấy rất có lợi khi phân loại hành vi động vật dưới dạng chức năng mà nó phục vụ. Chẳng hạn, thật hữu ích khi so sánh những loại hành vi tìm hiểu và giao phối khác nhau hay nghiên cứu cách động vật chăm sóc con như trong chương trước. Chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát một số nghiên cứu về tìm hiểu và giao phối. Từ đó, chúng ta tiếp tục nghiên cứu một số vấn đề tổ chức xã hội rộng hơn bao gồm các khía cạnh tính vùng và tính thống trị.

Một lời cảnh báo: điều quan trọng nên nhớ khi nghiên cứu một phân loại hành vi động vật bất kỳ là chúng thay đổi nhiều ít. Như chúng ta đã biết trong chương vừa rồi, **tính đa dạng sinh học** là một nguyên tắc tiến hóa quan trọng, cũng như **tính đa dạng hành vi**. Một số thuyết được đề xuất để giải thích hành vi động vật đã dựa trên một dải chứng cứ rất hạn chế, và cho rằng tất cả động vật khác đều hành xử như nhau. Nhưng khi chúng ta nghiên cứu hành vi động vật càng nhiều thì chúng ta càng nhận thấy tính đa dạng càng lớn, nhất là quy luật không đồng nhất. Trên thế giới có hàng triệu chủng loài động vật khác nhau, giữa chúng chúng ta thường thấy hầu hết mỗi sự phối hợp các hành vi đều có thể. Vì thế, điều quan trọng nên thận trọng đối với những lý thuyết chỉ điểm qua những khái quát hóa chung chung về hành vi động vật, vì như thế thường bỏ qua hành vi của nhiều động vật khác.

NGHI THỨC TÌM HIỂU

Từ lần quan sát hành vi động vật có hệ thống đầu tiên, các nhà nghiên cứu chứng minh rằng trước khi giao phối động vật thường có một chuỗi hành vi nghi thức hóa phức tạp, gọi là nghi thức tìm hiểu. Có nhiều nghiên cứu về **nghi thức tìm hiểu** ở động vật, ở đây chúng ta không thể đề cập hết tất cả, do đó chỉ xét đến một số minh họa điển hình. Ở một số chủng loài, nghi thức tìm hiểu bao gồm sự thể hiện rất phức tạp đòi hỏi phải mất nhiều công sức. Ở chủng loài khác, thời gian tìm hiểu ngắn hơn nhiều hay gần như không có. Nghiên cứu tìm hiểu đã cung cấp tư liệu rất hiệu quả đối với các nhà tập tính học trong nghiên cứu hành vi động vật trong môi trường tự nhiên.

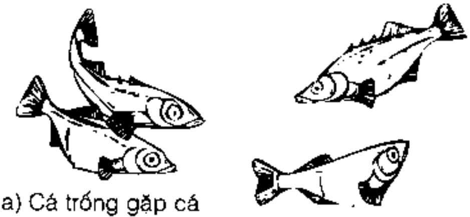
Tìm hiểu ở loài cá gai

Một trong những nghiên cứu kinh điển về tìm hiểu do Tinbergen báo cáo năm 1951, ông mô tả kết quả của một loạt nghiên cứu hành vi tìm hiểu ở cá gai trống. Trong chủng loài này, con trống đầu tiên chọn một vùng để làm tổ (giống như một đường hầm ngắn) ở giữa. Sau đó sẽ bơi tuần tiễu quanh các ranh giới phía ngoài vùng, xua đuổi số cá trống khác thuộc cùng chúng loài. Vào thời điểm này trong năm, cá gai trống có bụng màu đỏ tươi, bằng cách sử dụng mô hình Tinbergen chứng minh rằng chính bụng màu đỏ của cá trống đã khởi sự sự tấn công gây hấn này.

Khi cá mái (không có bụng màu đỏ) bơi đến gần vùng, thì cá trống bắt đầu bơi theo kiểu kỳ lạ, theo hình chữ chi. Cá mái phản ứng với kiểu bơi này bằng cách ngẩng đầu và đuôi, khi bơi bụng cá nhô ra. Vào lúc này, bụng cá phồng to ra với trứng bên trong, và kiểu bơi kỳ lạ này thể hiện điều ấy. Tinbergen giải thích phần nghi thức này là sự chứng minh rằng nghi thức tìm hiểu là đáng giá vì nếu cá mái gần đây đã giao phối và không còn trứng thì ít có chuyện tiếp tục nghi thức.

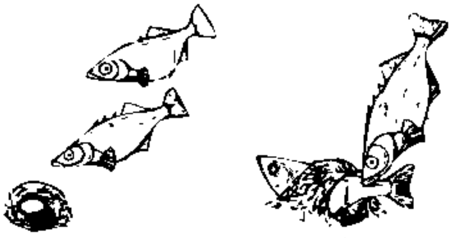
Cá trống sau đó bơi đến tổ, cá mái bơi phía sau và hướng đầu về phía lối vào. Cá mái chui vào tổ, cá trống dùng đầu thúc vào phần đuôi cá mái, điều này có vẻ khuyến khích cá mái đẻ trứng. Một khi cá mái đẻ xong, để trứng trong tổ, cá trống chui vào và làm trứng thụ tinh (Hình 23.1). Sau đó cá trống đuổi cá mái ra khỏi vùng, và lặp lại toàn bộ hành động đối với cá mái tiếp theo khi vào đến gần vùng lân cận. Khi trứng đang nở trong tổ, cá trống bảo vệ lối vào, dùng đuôi quạt nước, có vẻ đây là phương pháp đảm bảo rằng quanh trứng luôn có lượng nước có đủ lượng ôxi, và xua đuổi số cá khác có khả năng ăn trứng.

Hình 23.1 Thời gian tìm hiểu của cá gai



(a) Cá trống gặp cá mái và bắt đầu vũ điệu hình chữ chi

(b) Cá mái phơi bụng phồng to của mình ra



(c) Cá trống đưa cá mái vào tổ

(d) Cá trống thúc phần đuôi cá mái như khuyến khích cá mái đẻ trứng

Các mẫu hành động cố định

Tinbergen cho rằng nghi thức phức tạp này bao gồm một chuỗi các mẫu hành động cố định, tác động như một dấu hiệu kích thích để tạo ra hành vi kế tiếp. Vì thế, vũ điệu chữ chi của cá trống tác động như dấu hiệu kích thích cho cá mái phơi bụng của mình ra, và đến lượt hành động phơi bụng này tác động như dấu hiệu kích thích cho cá trống "đưa" cá mái vào tổ, và cứ thế tiếp diễn.

Chuỗi phản ứng đối với dấu hiệu kích thích có thể được kích hoạt với điều kiện cá trống vẫn còn trạng thái sinh sản, bao gồm sự phát triển màu đỏ ở bụng và lượng nội tiết tố sinh dục cao. Khi lượng nội tiết tố sinh dục giảm, cá trống không thực hiện hành động này. Hầu hết hành vi tìm hiểu theo mùa như thế này và tùy vào sự tương tác phức tạp giữa lượng nội tiết tố bên trong và kích thích bên ngoài.

Một phần kích thích bên ngoài cần thiết có thể do các thành viên khác trong chủng loài cung cấp: chẳng hạn, hầu hết động vật có vú cái, đều trong thời kỳ **động dục** trong mùa giao phối, trong thời điểm này chúng tiết ra pheromones giúp khởi sự hành vi giao phối. Các yếu tố bên ngoài khác có thể bao gồm sự thay đổi nhiệt độ bên ngoài hay trong ngày. Nhưng nghiên cứu hành vi tìm hiểu không phải chỉ là vấn đề nghiên cứu "sự khởi sự" cho các mẫu hành vi cố định.

LÝ THUYẾT TÌM HIỂU

Nhiều lý thuyết khác nhau được nêu ra để giải thích sự tìm hiểu ở động vật theo nghĩa tiến hóa, bao gồm quan niệm cho rằng nghi thức tìm hiểu là nhằm đảm bảo động vật giao phối với cùng chủng loài chứ không phải với chủng loài khác, động vật tương tự, sự tìm hiểu như một chiến lược giúp cá thể sống còn, tìm hiểu như sự thể hiện sự thích hợp, tìm hiểu như một phương tiện cải thiện chủng loài và tìm hiểu là để củng cố sự ràng buộc, gắn bó giữa các đôi. Cũng như với nhiều giải thích trong tâm lý học so sánh, những giải thích khác có vẻ thích hợp đối với hành vi của chủng loài khác, vì thế cũng cần lưu ý tất cả những giải thích này.

Tìm hiểu để đảm bảo sự ghép cặp thích hợp

Một giải thích có thể đối với mức độ nghi thức hóa cao trong nhiều thể hiện tìm hiểu là quan điểm cho rằng có nghi thức phức tạp, công phu là cách tốt nhất để đảm bảo rằng việc giao phối chỉ diễn ra với các thành viên cùng chủng loài chứ không phải với chủng loài khác. Vì một số chủng loài có quan hệ gần nên việc giao phối giữa chúng không phải là không thực hiện được, nhưng chắc chắn điều này không phải là một lợi thế – căn cứ vào lý do tiến hóa đối với 2 chủng loài lúc đầu khác nhau.

Nghi thức tìm hiểu công phu đảm bảo rằng nếu động vật không kế thừa đặc điểm thích hợp thì sẽ không thực hiện chuỗi hành động thích hợp trong nghi thức giao phối, vì thế không sinh sản được. Chẳng hạn, cá gai 10 vây có thể tìm hiểu với các mẫu hành vi tương tự với cá gai 3 vây. Tuy nhiên, kích thích thị giác tác động như sự "khởi sự hành vi tìm hiểu rất khác nhau, ở chỗ cá gai trống 10 vây có bụng màu đen tuyền trong khi cá gai trống 3 vây có bụng màu đỏ. Như chúng ta đã biết, chính màu đó đã làm cho cá gai trống 3 vây phản ứng. Cá gai mái cũng phản ứng trước kích thích thị giác phù hợp với chủng loài mình. Bằng cách này, chúng không bắt cặp "ngẫu nhiên" với loại cá khác.

Điều chưa chắc chắn có bao nhiêu chứng cứ khả dụng để kiểm tra lý thuyết này. Muốn thế, chúng ta cần thu thập chứng cứ về số động vật nào thể hiện nghi thức hóa cao và số động vật nào không thể hiện. Chúng ta cũng cần nghiên cứu xác suất diễn ra sự giao phối nhầm như thế, và có lẽ cung cấp động cơ tiến hóa trước đây đối với chủng loài để phát triển những phân biệt như thế ra sao. Vì môi trường sống và chủng loài liên tục thay đổi, nghiên cứu như thế hoàn toàn rất khó nhất là khi chúng ta nhớ rằng một số nghi thức có thể tồn tại vì trong quá khứ chúng có ích nhưng ngày nay không còn chức năng như thế nữa, giống như thể hiện đánh lạc hướng của bồ câu Galapagos đã được đề cập trong Chương 22. Và dĩ nhiên có nhiều chủng loài chưa từng được nghiên cứu hành vi.

Tìm hiểu như sự cho phép sống còn

Tìm hiểu chắc chắn bao gồm sự tiếp cận gần gũi của hai thành viên thuộc cùng chủng loài. Nếu thành viên trong chủng loài ấy có vẻ đơn độc và hay gây gổ thì sự tiếp cận như thế chứng tỏ rất nguy hiểm đối với bạn tình. Vì thế nghi thức tìm hiểu có thể là cách hữu ích cho phép một động vật tiếp cận bạn tình tiềm năng theo cách đảm bảo, an toàn, không gây hấn, giảm thiểu rủi ro cho chính bản thân mình. Nhện là minh họa điển hình thuộc loại tìm hiểu này, vì nhện mái thường to và khỏe hơn nhện trống, và cũng rất gây hấn. Nhện trống nếu bị nhện mái bắt được có thể là miếng mồi ngon.

Trong một số chủng loài điều này diễn ra tự động: con cái ăn thịt bạn tình của mình ngay sau khi giao cấu hoàn tất. Mặc dù một số loài nhện phát triển nghi thức để tránh cái chết này. Chẳng hạn, loài nhện trống làm tổ dưới đất *Pisaura mirabilis* bắt đầu tìm hiểu bằng cách bắt ruồi. Sau đó nhện dùng tơ bọc lấy con ruồi trước khi đến gần nhện mái như thể tặng quà. Khi nhện trống giao cấu với nhện mái rất nhanh trong khi nhện mái ăn ruồi, làm cho nhện trống trốn thoát trước khi nhện ăn xong. Nghi thức cho phép cá thể đực sống sót để giao phối thêm lần nữa vào dịp khác.

Tìm hiểu như thể hiện sự thích hợp

Lý thuyết khác được đề xuất để giải thích nghi thức hóa trong tìm hiểu là nghi thức như thế giúp động vật thể hiện đặc điểm cơ thể của mình ở mức có lợi nhất. Phần lớn (chứ không phải tất cả) thể hiện nghi thức hóa cao đã được nghiên cứu bao gồm con đực thể hiện với con mái. Người ta cho rằng những thể hiện này tạo cơ hội cho động vật khoe vóc dáng, sức mạnh hay thể lực của mình. Quan điểm ở đây cho rằng con cái sẽ chọn con đực có sự thể hiện tốt và chứng tỏ khả năng thích hợp để làm bạn tình. Vì thế, đây là cơ chế tiến hóa có nghĩa rằng động vật khỏe nhất, thích hợp nhất có khả năng sinh sản nhiều hơn trong khi động vật yếu hơn ít có khả năng như thế.

Có nhiều chủng loài tham gia loại hành vi này. Durrell (1966) mô tả sự quan sát chim lyre Úc trống thể hiện sự hấp dẫn đối với bạn tình. Chim sử dụng một khu vực hình tròn lớn trong rừng, được dọn sạch cỏ, cất tiếng hót lớn, phức tạp có rất nhiều tiếng líu lo và các âm thanh khác để thu hút chim mái trong khoảng cách nào đó. Thường đi kèm bằng "vũ điệu", chim dậm chân dưới đất, vẫy đuôi và thậm chí có lúc đu đưa lộn ngược đầu ở các nhánh cây. Chim mái quan sát chim trống khi chim trống biểu diễn, sau đó đến gần hay bỏ đi sau khi chim trống biểu diễn xong. Tính phức tạp và thời gian kéo dài của sự thể hiện này có nghĩa rằng đây là dấu chỉ báo tốt của sự thích hợp và sức khỏe tốt, vì thế chim mái an tâm rằng bạn tình của mình khỏe mạnh, có năng lực.

Tìm hiểu như sự cải thiện chủng loài

Một phiên bản hơi khác trong quan điểm "tìm hiểu như sự khỏe mạnh" được tạo ra do thể hiện tìm hiểu trong đó con đực cạnh tranh với các con đực khác để dành cơ hội giao phối. Trong trường hợp này, đây không phải là vấn đề liệu cá thể có thích hợp hay không; mà là vấn đề động vật nào "tốt nhất" trong nhóm cụ thể ấy. Trong trường hợp như thế, áp lực liên tục của sự cạnh tranh tạo ra áp lực tiến hóa phải phát triển chủng loài.

Một trong những minh họa điển hình của điều này là hành vi tìm hiểu của loài nai đỏ. Lewin (1978) báo cáo nghiên cứu về nai đỏ trên đảo Rhum, Scotland. Gần cuối mùa hè, các nhóm nai cái và nai con di chuyển đến các vùng đồng cỏ xanh tốt, gọi là các khu động dục. Nai ở đây trong các nhóm không có quan hệ gần, các nhóm nai cái khác nhau dành những đồng cỏ khác nhau, khác nhau về mức độ xanh tốt. Sau đó nai đực gia nhập vào các nhóm nai cái này, nhưng trong một nhóm nai cái bất kỳ chỉ thâu nhận một nai đực.

Do đó, trong mùa này, động vật có nhiều cuộc ẩu đả theo nghi thức – nhưng cực kỳ quyết liệt, bắt đầu bằng cuộc thi tiếng rống: nai đực đến gần một nhóm nai cái và không thừa nhận nai đực giữ phận sự (nai này đang tương tác với nhóm nai cái) bằng cách rống. Nai đực đang giữ phận sự cũng rống đáp lại, nếu tiếng rống của nó mạnh hơn thì nai được thách thức sẽ bỏ đi chỗ khác. Clutton-Brock, Guinness và Albon, (1982) nhận thấy mức độ tiếng rống tương quan mật thiết với sức khỏe của con vật, vì thế con vật nào yếu hơn sẽ bỏ đi vì vấn đề này.

Nếu tiếng rống của 2 con gần như nhau, thì sau đó chúng áp sát gần nhau, cùng bước sánh vai nhau, chỉ cách khoảng từ 3 đến 15 yard. Đôi khi nai thách thức vào thời điểm này cũng từ bỏ nghi thức mặc dù nai đang giữ phận sự không chắc có hành động như thế. Nếu nai thách thức vẫn còn muốn ganh đua, nó cúi thấp đầu, thế là cuộc chiến bắt đầu. Những nai này đánh nhau bằng cách xông vào nhau, dùng sừng để vật đối thủ. Đôi khi, trong quá trình, cá thể bị thương nghiêm trọng, vì thế quan điểm của Lorenz xem sự gây hấn nghi thức hóa để tránh tổn thương trong nội bộ chủng loài (xem Chương 21) ở đây không phù hợp.

Sau đó nai chiến thắng trong cuộc tranh tài trở thành nai giữ phận sự đối với bầy nai cái, có thể giao phối với nai cái khi đến mùa động dục – dĩ nhiên nai này phải luôn khẳng định rằng mình đang tiếp tục bảo vệ vùng của mình, xua đuổi kẻ xâm nhập (đối với nai đực con không phải là không biết nắm bắt cơ hội giao phối trong khi nai giữ phận sự đang đánh nhau với nai thách thức) và giải quyết bất kỳ kẻ tranh tài nào khác.

Thật dễ nhận thấy nghi thức ganh đua theo loại này có tác dụng củng cố chủng loài thông qua chọn lọc tự nhiên. Vì chỉ có kẻ mạnh nhất mới thường có cơ hội giao phối, chủng loài liên tục phát triển. Vì thú săn mồi tự nhiên đối với loài nai đỏ trong quá khứ là những động vật săn mồi chẳng hạn như sói và người, sinh sản nai con có vóc dáng to và khỏe mạnh sẽ là một lợi thế tiến hóa đối với động vật. Động dục tạo ra cơ chế tiến hóa, qua đó chỉ diễn ra sự sinh sản chọn lọc.

Tìm hiểu như sự củng cố ràng buộc đôi

Giải thích nghi thức tìm hiểu khác là quan điểm cho rằng chúng củng cố **sự ràng buộc đôi** giữa hai cá thể của cùng chủng loài. Một số chủng loài giao phối với nhau suốt đời, tuy nhiên có những đôi vẫn tiến hành nghi thức tìm hiểu vào mỗi mùa động dục. Điều này rõ ràng không thể bao gồm việc hấp dẫn bạn tình nhưng các nhà tập tính học cho rằng hiện tượng này phục vụ cho mục đích củng cố sự ràng buộc giữa hai động vật. Một số nghi thức bao gồm sự thể hiện của con đực, trong khi con cái có vai trò thụ động hơn trong tư cách người quan sát, trong khi những nghi thức khác đều có sự tham gia của con đực lẫn cái. Nhiều nhà tập tính học xem thời gian và nỗ lực mà động vật đầu tư trong việc thực hiện những nghi thức này như sự khẳng định và củng cố giữa các đôi.

Một trong những mô tả chi tiết đầu tiên của loại nghi thức tìm hiểu này được Julian Huxley tiến hành năm 1914. Ông quan sát một đôi chim lặn có mào lớn thực hiện những gì trông giống như "vũ điệu" trịnh trọng, với nhiều yếu tố đặc biệt. Chim bắt đầu nghi thức vào tháng giêng, thực hiện trong suốt 6 tháng đầu năm – cho đến khi đẻ trứng từ tháng 4 đến tháng 8. Huxley nhận thấy dường như chim tích cực tiến hành nghi thức nếu được cách ly trong một khoảng thời gian, ông cho rằng chim thực hiện nghi thức để củng cố sự ràng buộc đôi do giữa chim trống và mái.

Những nghi thức này thường bao gồm hành động hay được dùng cho các mục đích khác. một trong những yếu tố thường gặp nhất trong nghi thức của loài chim lặn có mào lớn là "nghi thức lắc đầu", trong đó 2 chim đối mặt nhau trong khi bơi dưới nước, đầu tiên nằm im, ngẩng mào và cổ, sau đó đột nhiên hạ thấp mỏ, đầu lắc từ bên này sang bên kia. Huxley xem phần thể hiện này là minh họa của điệu bộ nhân nhượng và gây hấn nghi thức hóa được hình thành trong nghi thức tìm hiểu.

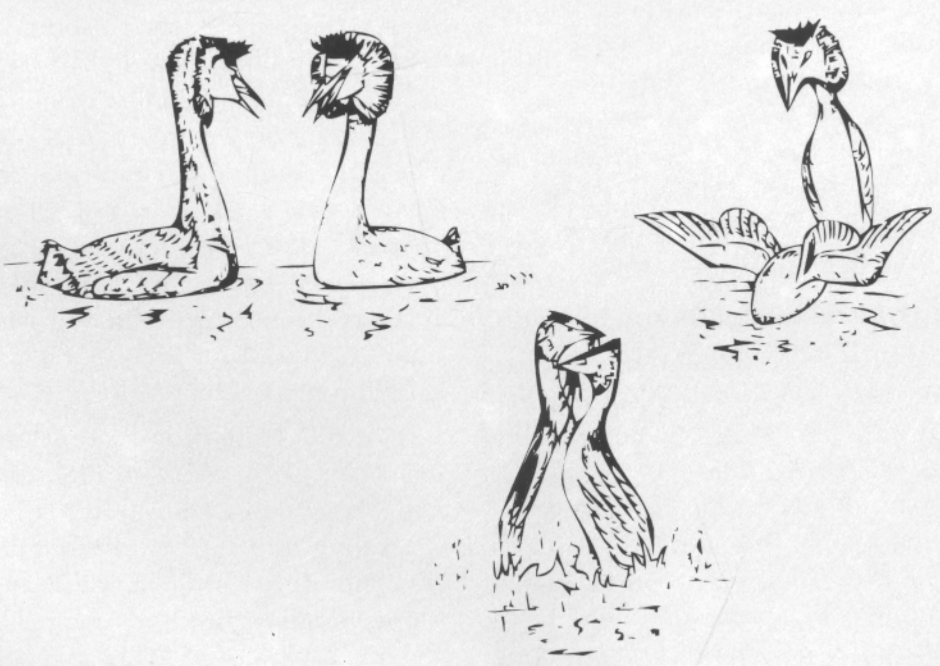
Đặc điểm khác của sự tìm hiểu ở loài chim này giống như "vũ điệu chim cánh cụt", trong đó cả chim trống lẫn mái đều lặn xuống nước, từ mặt nước nhô lên áp sát ngực nhau trong tư thế thẳng đứng. Mỗi con đều ngậm ở mỏ cọng cỏ, để trao cho nhau. Cũng có những yếu tố khác trong nghi thức này chẳng hạn như "tư thế mèo", trong đó chim cúi mình thấp xuống mặt nước, hai cánh giương ra một phần và "tư thế ma", trong đó chim từ mặt nước trồi đầu lên làm cho mình có vẻ càng cao và ốm càng tốt (Hình 23.2). Mỗi nghi thức này theo Huxley cũng thể hiện trong diễn tiến sinh hoạt hàng ngày, nhưng đã được thay đổi thành hình thức nghi thức hóa.

Nếu chúng ta phải nghiên cứu thuyết tìm hiểu này thì có nhiều vấn đề cần đặt ra. Giải thích như thế cho rằng sự ràng buộc đôi là điều rất quan trọng đối với sự sống còn của chủng loài cụ thể này. Vì thế chúng ta nên đặt những câu hỏi chẳng hạn như: những động vật này có cùng nhau bỏ ra nhiều công sức để nuôi con hay không? Và những động vật nào không tham gia nghi thức như thế (không sử dụng các phương pháp khác để củng cố sự ràng buộc đôi) có đầu tư ít hơn hay không?

Như bạn thấy, thực ra không thể quyết định giữa tất cả những thuyết tìm hiểu khác nhau này, và để cho rằng "đây là giải thích phù hợp". Đối với một số chủng loài, lời giải thích có vẻ thích hợp trong khi đối với chủng loài khác phải cần lời giải thích khác. Lập luận ganh đua trong chủng loài mang ý nghĩa tiến hóa trong trường hợp nai đỏ, đã phát triển để tồn tại chống lại những thú ăn mồi chẳng hạn như sói. Lập luận ràng buộc đôi mang ý nghĩa tiến hóa đối với loài chim lặn có mào lớn, không có loại thú ăn mồi ấy, nhưng đẻ rất ít trứng, và cả hai cùng chăm sóc con. Không chỉ tùy thuộc vào chủng loài liên quan mà còn tùy vào yêu cầu của môi trường đối với chủng loài ấy.

Chúng ta cũng cần nhớ rằng loại nghi thức tìm hiểu cố định, tinh vi đề cập ở đây nói chung không diễn ra ở mọi chủng loài: khúc dạo đầu cho hành vi giao phối khác nhau rất nhiều. Mặc dù thường có vấn đề (không phải có nhiều động vật khi vừa gặp đối tác thích hợp là bắt đầu giao phối ngay), không phải cần có hình thức chuỗi hành vi nghi thức bẩm sinh. Cũng như hành vi ở người, hành vi động vật rất

Hình 23.2 Thời gian tìm hiểu của loài chim lặn có mào lớn



phức tạp, đồng thời chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố khác nhau.

TỔ CHỨC XÃ HỘI

Một số chúng loài sống cô độc, một số sống thành đôi giữa con đực và con cái. Một số sống trong các nhóm gia đình, một số sống trong các nhóm đông hơn gồm nhiều gia đình, và một số sống theo bầy đàn có từ vài trăm đến nửa triệu cá thể. Trong số động vật sống theo đôi, một số chủng loài giao phối suốt đời, số chủng loài khác mỗi năm chọn bạn đời mới và một số giao phối với nhiều cá thể trong một mùa động dục. Trong số sống theo bầy đàn đông, một số chỉ nuôi con của riêng mình, một số nuôi con có quan hệ với chúng và một số nuôi con nói chung không hề quan hệ với chúng về mặt sinh học.

Chúng ta đã đề cập một số minh họa về những chủng loài này. Chẳng hạn, hầu hết các loài nhện thường sống cô độc, đười ươi cũng thế. Chim cố đó, thiên nga và vượn sống theo kiểu ràng buộc đôi, sống với bạn đời cho đến chết. Sư tử sống theo các nhóm gia đình số lượng đông gọi là các nhóm sư tử, một sư tử đực giao phối với nhiều sư tử cái. Jacanas sống theo các bầy tương tự nhưng một jacanas cái giao phối với nhiều jacanas đực. Khỉ đột sống theo bầy với một số khỉ đực và khỉ cái trưởng thành nhưng thường chỉ có một hay hai khỉ đực lưng bạc rất mạnh. Hắc tinh tinh, khỉ đầu chó và khỉ Á châu sống thành bầy đông đúc có nhiều dòng bà con khác nhau. Chim cánh cụt, hải cẩu và mòng biển sống theo đàn quy mô lên đến nửa triệu con hay thậm chí nhiều hơn.

Thông tin ở đây cho thấy tổ chức xã hội ở động vật cực kỳ đa dạng. Chúng ta có thể tìm thấy minh họa trong thế giới động vật với một cấu trúc xã hội bất kỳ theo trí tưởng tượng của mình, thậm chí còn nhiều hơn nữa nhưng chúng ta chưa biết hết. Có nhiều chủng loài xưa nay chưa được nghiên cứu đầy đủ, và còn nhiều chủng loài khác cho đến nay nghiên cứu cho thấy các mẫu hành vi xã hội rất rõ ràng. Chúng ta không biết về tính đa dạng của tổ chức xã hội trong thế giới loài vật nhưng từ những gì chúng ta biết rõ, tính đa dạng hành vi là điều chắc chắn có.

Mong đợi và giả định về hành vi động vật

Một trong những vấn đề luôn gây rắc rối trong nghiên cứu hành vi xã hội là vấn đề mong đợi. Như chúng ta đã biết trong Chương 2, những gì chúng ta nhận thức thường bị mong đợi và giả định ảnh hưởng. Khi nghiên cứu động vật, nhất là những loại gần với chúng ta nhất trong thang tiến hóa, đối với mọi người điều dễ nhận thấy là những gì họ mong đợi tìm thấy hơn là những gì thực sự đang diễn ra. Chẳng hạn, trong nhật ký của nhà thám hiểm Livingstone, viết vào cuối thế kỷ 19, ông ghi lại rằng hắc tinh tinh sống thành những nhóm xã hội có khoảng 20 đến 30 con, được tổ chức thành những đôi đơn giao. Ngoài ra, ông phát biểu một cách độc đoán rằng "sự không chung thủy" bất kỳ giữa các cá thể sẽ dẫn đến việc con đực bị cả nhóm trừng phạt, bằng cách đánh đập và đấm vào tai.

Đôi khi, người ta biết rằng hắc tinh tinh không thể sống theo những đôi đơn giao hay thậm chí chỉ giao phối với một cá thể thống trị, có hành vi tình dục hoàn toàn thoải mái và "bừa bãi" – mặc dù từ này mang sắc thái đạo đức vốn là một minh họa dự đoán khác. Từ quan điểm thời đại, thật dễ nhận thấy nhận xét của Livingstone phản ánh thời đại và tiêu chuẩn đạo đức của triều Victoria, chứ không phải quan sát những gì diễn ra trong thực tế, Livingstone ghi lại loại hành vi mà ông nghĩ tìm thấy ở động vật gần với con người, và cũng nhận thấy chỉ có hành vi ở loài hắc tinh tinh mới phù hợp với điều này.

Tương tự, nhà tâm lý học người Mỹ Yerkes, trong nửa đầu thế kỷ 20 cho rằng hắc tinh tinh sống trong các bầy đông đúc, cấu trúc rời rạc, do một đầu đàn dẫn dắt, đầu đàn này được chọn vì có đặc điểm "sáng tạo, táo bạo, dũng cảm và tinh thần trách nhiệm" (Yerkes, 1939). Thêm lần nữa, ở đây chúng ta có thể nhận thấy chính quan điểm của riêng ông về con người nổi bật trong nhận xét chứ không phải là mô tả thực tế về hành vi của hắc tinh tinh. Những nhận xét này là sự phản ánh lý tưởng của xã hội Mỹ, Yerkes lưu ý những minh họa về hành vi ở loài hắc tinh tinh nào phù hợp với những mong đợi này và bỏ qua những hành vi nào không phù hợp. Còn nhiều minh họa khác như thế.

Sử dụng phép ẩn dụ

Thật dễ cho rằng sinh viên thời nay khi nghiên cứu hành vi động vật cũng có những sai lầm như thế. Nhưng thực ra loại sai lầm này không phải là đặc biệt. Một phần nó diễn ra vì cách chúng ta sử dụng **phép ẩn dụ** để mô tả hành vi động vật. Chẳng hạn, chúng ta mô tả nhóm nai cái giao phối với một nai đực như "hậu cung" của nai đực, điều này tạo ra hình ảnh hậu cung của con người, với ngụ ý quyền lực và quyền sở hữu, và hình ảnh này làm nhận xét của chúng ta bị sai lạc nghiêm trọng. Chẳng hạn, mặc dù các nhà tập tính học nghiên cứu hành vi động dục của nai trong nhiều năm, nhưng chỉ thời gian khá gần đây họ mới biết rằng chính nai cái – chứ không phải nai đực – là người "sở hữu" hay duy trì sự tiếp cận đến các đồng cỏ xanh tươi để động dục (CluttonBrock, Guinness và Albon 1982). Sử dụng phép ẩn dụ con người làm nhiều nhà khoa học sai lầm khi cho rằng con đực kiểm soát mọi thứ.

Lý do khác giải thích tại sao những sai lầm như thế diễn ra là vì chúng phản ánh giả định cho rằng chúng ta đang tìm hiểu tính chất xã hội con người. Trong tiềm thức, chúng ta nghĩ hành vi động vật phải phù hợp với những gì chúng ta xem là chắc chắn phải có trong xã hội loài người. Nhưng như chúng ta đã biết, hành vi động vật cũng hàm chứa nhiều tính đa dạng đến mức có thể phản ánh hầu hết mọi loại tổ chức xã hội bất kỳ. Ngoài ra, như chúng ta đã biết trong hầu hết phần còn lại của quyển sách này, nhất là trong các Chương 7 và 14, quan điểm về nhân tính cũng rất khác nhau. Chúng ta khảo sát vấn đề này chi tiết hơn về sau, nhưng điều quan trọng nên đề cập ở đây vì chúng có ảnh hưởng rất lớn trong việc nghiên cứu tính thống trị trong tổ chức xã hội động vật.

TÍNH THỐNG TRỊ

Năm 1922, Schjelderuppe-Ebbe báo cáo nghiên cứu hành vi gia cầm nuôi ở nông trại theo tập tính học. Schjelderuppe-Ebbe quan sát thấy những động vật này thể hiện mẫu ưu tiên thấy rõ và đều đặn khi được nuôi ăn với cơ hội hạn chế. Chim tương tự cũng được cho ăn trước, tiếp theo là chim kế tiếp, v.v... việc cho ăn luôn diễn ra theo chuỗi như nhau – mỗi chim có "chỗ" của mình và phải chờ đến lượt.

Schjelderuppe-Ebbe cũng nhận thấy chuỗi này được phản ánh trong sự chạm trán đối kháng giữa các con chim. Đây là những sự chạm trán bao gồm hành vi gây hấn của một động vật này đối với động vật khác. Chim được cho ăn trước sẽ mổ vào bất kỳ chim khác, chim được cho ăn thứ hai cũng mổ vào các chim khác ngoại trừ chim thứ nhất. Chim thứ 3 mổ vào bất kỳ các chim khác ngoại trừ chim thứ nhất và thứ hai, v.v... Số gia cầm nông trại này luôn thể hiện **hệ thống thứ bậc thống trị** rõ ràng, trực tuyến – theo nghĩa đen "thứ tự mổ hạt" (lý do đặt tên thuật ngữ này). Mỗi cá thể trong đàn gia cầm đều có vị trí của mình trong hệ thống thứ bậc, và thể hiện hành vi thống trị đối với cá thể ở vị trí thấp hơn.

Chứng cứ của Schjelderuppe-Ebbe được nhiều nhà tập tính học chấp nhận, cho rằng hệ thống thứ bậc thống trị hình thành mẫu tổ chức xã hội cơ bản đối với tất cả động vật trong xã hội. Nhiều nghiên cứu chủng loài khác cũng báo cáo sự có mặt của hệ thống thứ bậc này. Chẳng hạn, năm 1961, Washburn và DeVore báo cáo khỉ đầu chó cũng có hệ thống thứ bậc thống trị. Theo nhận xét của hai ông, con đực thứ hạng cao, họ gọi là **con đực alpha**, hành động cực kỳ gây hấn đối với con đực thứ hạng thấp (**con đực beta**), cũng như đối với số con cái trong bầy. Đây là nghiên cứu rất thuyết phục vì chứng cứ được nhiều nhà sinh học tán thành chẳng hạn như Lorenz và Morris, họ xem đây là chứng cứ của khả năng chắc chắn phải có của hệ thống thứ bậc thống trị ở loài linh trưởng, trong đó (nhất là) có con người.

Nếu chúng ta phải nghiên cứu vấn đề này một cách khoa học thì cũng nên tìm hiểu chứng cứ được sử dụng để biểu thị tính thống trị cũng như chủng loài được quan sát hành vi như thế. Chúng ta đã chứng kiến giả định văn hóa đã ảnh hưởng đến nhận xét ban đầu về hắc tinh tinh ra sao. Dấu hiệu hành vi được các nhà tâm lý học so sánh chọn làm dấu chỉ báo tính thống trị được cung cấp trong Bảng 23.1.

Bảng 23.1 Hành vi duoc giả định biểu thị tính thống trị

Thứ tự uu tiên cho ăn: Động vật thống trị mổ vào thúc ăn có sẵn truoc khi các động vật khác duoc phép tiếp cận.

Quyền uu tiên: Động vát cấp thấp hon nhuờng chỗ để dộng vát thống trị có lối đi.

Tiếp xúc bằng mắt: Động vật thống trị sẽ trùng mắt nhìn các dông vât khác. Động vật cấp thấp hon lảng tránh ánh mắt nhìn chằm chặp này và có thể tản ra khi bị động vật thống trị nhìn chằm chặp.

Dâng hiến: Động vật cấp thấp hon sẽ phô bày vùng hậu môn hay cơ quan sinh dục của mình cho động vật thống trị trong tu thế giao cấu. Hành dông này xảy ra bất kể giới tính của hai động vật liên quan.

Chải chuốt: Mặc dù tất cả thành viên của một nhóm dều tham gia chải chuốt, đôi khi động vật thống trị rất có thể duọc các động vật khác cấp thấp hơn chải chuốt.

Ảnh hưởng môi trường đối với tính thống trị

Năm 1972, Rowell tiến hành nghiên cứu **hành vi thống trị** có hệ thống ở các bầy khỉ đầu chó. Rowell nhận thấy hành vi thống trị ở khỉ đầu chó rất khác nhau tùy theo loại môi trường chúng sống. Rowell nghiên cứu 3 bầy cùng chủng loài khỉ đầu chó như trong nghiên cứu của Washburn và DeVore, nhưng mỗi bầy sống trong điều kiện rất khác nhau. Một bầy sống trong sở thú, quanh một tảng đá to lộ thiên, khách tham quan nhìn thấy động vật tự do, và quan trọng hơn, khỉ trong bầy luôn nhìn thấy nhau. Bầy khác sống trên đồng cỏ lộ thiên thuộc thảo nguyên châu Phi, còn bầy thứ 3 sống trong rừng.

Về bầy khỉ sống trong sở thú, động vật thể hiện hệ thống thứ bậc chặt chẽ, với một "thứ tự mổ hạt" rõ ràng. Mỗi cá thể đều có vị trí của chính mình trong hệ thống thứ bậc và hành động gây hấn đối với cá thể thấp hơn, trong khi cũng phục tùng cá thể cao hơn trong hệ thống xếp hạng xã hội. Ở bầy khỉ đầu chó sống trong vùng thảo nguyên lộ thiên, có cấu trúc xã hội linh động hơn. Mặc dù điều rõ ràng là nhóm các con đực alpha thường thống trị các con đực khác, cũng tương tự một số con cái thống trị số con cái khác, đây không phải là thứ tự mổ hạt đặc biệt, mà đúng ra hệ thống có vẻ hoạt động theo nghĩa các nhóm khá rời rạc, và có nhiều tính linh động hơn theo nghĩa hành vi thống trị được biểu hiện ở động vật. Mặc dù những động vật trong các nhóm con cái alpha hay con đực alpha thường thống trị những động vật trong các nhóm bêta, nhưng chúng không thể hiện hệ thống thứ bậc được xếp hạng rõ ràng trong nhóm của mình.

Bầy khỉ đầu chó thứ 3 sống trong rừng thậm chí thể hiện tính linh động nhiều hơn trong tổ chức xã hội. Mặc dù những trường hợp hành vi thống trị hay phục tùng xuất hiện ở mọi thời điểm nhưng có ít hay không có sự nhất quán ở động vật khi được xem như một toàn thể. Động vật thường phục tùng đôi khi có vẻ chấp nhận vai trò thống trị nhiều hơn, những động vật thống trị đôi lúc hành động nhân nhượng hay phục tùng đối với động vật khác. Không có dấu hiệu thứ tự mổ hạt trực tuyến hay hệ thống thống trị nhóm có hệ thống.

Rowell giải thích điều này dưới dạng giải quyết **chạm trán đối kháng:** những gì xảy ra giữa 2 cá thể đang xung đột. Trong rừng, nếu tranh chấp phát sinh về thức ăn hay một điều gì đó tương tự, thì cá thể liên quan sẽ có sự chạm trán gây hấn nhưng sau đó bỏ đi và có sự tham gia khác. Như thế, chúng sẽ khuất mắt nhau, do cây cối, thực vật che phủ. Trái lại, trong sở thú, cá thể liên quan đều nằm trong tầm mắt của nhau, lúc nào cũng gần nhau. Ngoài ra, môi trường sở thú không có cây cối, ít tạo ra sự kích thích đối với động vật, trong khi cả thảo nguyên lẫn rừng rậm đều tạo ra một môi trường phong phú hơn nhiều tạo nhiều phạm vi đánh lạc hướng.

Điều này có nghĩa trong rừng, chạm trán đối kháng nhanh chóng bị lãng quên khi động vật liên quan bị đánh lạc hướng trong những thú tiêu khiển khác nhau. Nhưng trong sở thú không có sự đánh lạc hướng như thế: bằng việc nằm trong tầm mắt của nhau, mâu thuẫn giữa 2 cá thể càng đậm nét hơn là được giải quyết, có nghĩa rằng sau cùng rồi sẽ ẩu đả với nhau, điều này dẫn đến sự phát triển hệ thống thứ bậc thống trị cứng nhắc đã được nhận thấy. Khỉ đầu chó ở thảo nguyên có môi trường sống ở khoảng giữa: chúng hoàn toàn không nằm ngoài tầm mắt của nhau, nhưng chúng có không gian rộng mở hơn và nhiều cơ hội đánh lạc hướng, vì thế sự chạm trán đối kháng của chúng thường nhanh hơn số động vật nhốt trong chuồng. Rowell cho rằng sự rời rạc tương đối trong cấu trúc thống trị phản ánh sự khác nhau này trong môi trường sống.

Tương tự, Jay (1963) nhận xét loài khỉ sống trên cây, như khỉ châu Á, thường có hình thức tổ chức xã hội trong đó tính thống trị tương đối không quan trọng trong đời sống hàng ngày. Jay so sánh điều này với khỉ sống ở dưới đất, như khỉ nâu hay vervet, thường có cấu trúc xã hội trong đó tính thống trị quan trọng hơn nhiều. Những quan điểm này về tầm quan trọng của sự đánh lạc hướng và môi trường thường đặt ra nhiều câu hỏi về tầm quan trọng của **sự hòa giải** trong tổ chức xã hội, chúng ta sẽ nghiên cứu vào cuối chương này.

Tính thống trị trong bầy hắc tinh tinh

Dĩ nhiên hắc tinh tinh là bà con tiến hóa gần nhất của loài người, vì thế vấn đề tính thống trị có ý nghĩa quan trọng. Chúng ta đã chứng kiến nghiên cứu ban đầu thường chọn hình thức tổ chức xã hội để phản ánh nhận thức trước. Trong vấn đề này, điều đáng lưu ý là các nhà nghiên cứu sau này mô tả sự tồn tại của hệ thống thứ bậc thống trị trong hành vi hắc tinh tinh thường quan tâm đến các lĩnh vực khác, đôi lúc điều này có nghĩa sự tồn tại của hệ thống thứ bậc ở hắc tinh tinh được xem là mặc nhiên hơn là được nghiên cứu rõ ràng.

Chẳng hạn, Goodall (1974) ám chỉ hắc tinh tinh trong khu bảo tồn Gombe

Stream như thể chúng có hệ thống thứ bậc rõ ràng, và thậm chí đề cập đến việc hắc tinh tinh "thăng tiến". Trong khi thực tế cá thể đôi lúc thể hiện hành vi rõ ràng định hướng thống trị các động vật khác, điều này không giống như sự tồn tại của hệ thống thứ bậc thống trị trực tuyến ở bầy đàn. Nhưng tiêu điểm quan tâm chính trong nghiên cứu và hành vi làm mẹ chứ không phải tính thống trị.

Dĩ nhiên, có thể đây là phán đoán sai lầm. Hắc tinh tinh là động vật có khả năng thích nghi đáng kể, có thể hành vi của động vật ở khu bảo tồn Gombe Stream thực ra biểu thị một hệ thống thứ bậc thống trị chặt chẽ. Động vật có khả năng tập quen như hắc tinh tinh có thể biểu hiện những loại cấu trúc thống trị khác nhau trong những nhóm khác nhau. Và cũng có những sự khác biệt giữa động vật ở khu Gombe Stream với số hắc tinh tinh khác, vì chúng thường được cho ăn chuối ở trạm nghiên cứu để tập trung chúng vào một chỗ, ngăn không cho đi tứ tán. Vì thế, hành vi du mục "tự nhiên" của chúng được các nhà nghiên cứu thay đổi. Chúng ta sẽ nghiên cứu điều này sau, khi khảo sát tính vùng.

Quan sát hành vi thống trị

Có những lý do khác phải hoài nghi cũng như đối với sự tồn tại của hệ thống thứ bậc thống trị. Goodall (1968) báo cáo rằng trong 6 năm nghiên cứu, đã quan sát khoảng hơn 600 trường hợp hành vi thống trị – mặc dù không nhiều nhưng nghiên cứu trong thời gian rất dài. Chẳng hạn, chắc chắn số trường hợp có thể quan sát hành vi ở gia cầm nông trại ít hơn nhiều, và điều này đặt ra vấn đề liệu hành vi tương đối không thường xuyên có thể được xem là biểu thị cho một hệ thống thứ bậc nền tảng hay không.

Quan sát có hệ thống hành vi thống trị rất cần thiết để rút ra những loại kết luận này. Trong nghiên cứu số hắc tinh tinh bị bắt giữ trong 10 tuần do Hayes (1975) tiến hành, sự tương tác thống trị quan sát thấy (nhường chỗ, dâng hiến, v.v...) chứng tỏ hủy bỏ lẫn nhau qua thời gian. Mặc dù hắc tinh tinh A hôm nay nhường chỗ hắc tinh tinh B, nhưng ngày mai hắc tinh tinh B cũng có thể nhường chỗ cho hắc tinh tinh A. Một số người quan sát hành vi này và cho rằng hệ thống thứ bậc thống trị trực tuyến có thể nhận thấy những hành vi này trùng hợp với giả định của họ chứ không phải những giả định không trùng hợp.

Điều quan trọng nên nhớ là những chỉ trích này liên quan đến tổ chức xã hội – liệu trong một nhóm có hệ thống thứ bậc thống trị theo hệ thống hay không. Không phải là việc một cá thể hành động theo cách nào đó, cá thể luôn khác nhau, một số mang tính gây hấn và quả quyết hơn số khác. Có chứng cứ rõ ràng từ quan sát của Goodall cho thấy một số hắc tinh tinh này quả quyết hơn số hắc tinh tinh khác trong nhóm, nhưng phải chiều ý số hắc tinh tinh khác. Nhưng điều hoàn toàn khác với cấu trúc xã hội theo hệ thống trên cơ sở tính thống trị. Không có sự nghiên cứu chính xác chứng cứ tính thống trị, thật dễ cho rằng những cấu trúc như thế tồn tại trong khi thực tế thì không.

Khi các nhà nghiên cứu bắt đầu tìm hiểu chứng cứ hệ thống thứ bậc thống trị ở các bầy hắc tinh tinh trong rừng, họ nhận thấy một bức tranh tương đối khác. Năm 1963, Reynolds tiến hành một nghiên cứu mở rộng đối với hắc tinh tinh trong rừng, đặc biệt tìm hiểu chứng cứ tính thống trị. Tuy nhiên, không có dấu hiệu của một tổ chức xã hội bất kỳ như thế trong bầy đàn mà ông nghiên cứu, cho dù có nhiều trường hợp có vẻ xuất hiện hành vi như thế. Tuy nhiên, nghiên cứu của Reynolds về hắc tinh tinh trong rừng lại khác, ở chỗ, trong tư cách một nhà tâm lý học so sánh chính quy, ông cẩn thận không thừa nhận sự hiện hữu của hành vi đang nghi vấn, mà chỉ quan sát xem động vật có thể hiện hành vi ấy hay không, sử dụng tiêu chuẩn hành vi chính xác.

Phủ nhận thứ tự mổ hạt

Năm 1985, Appleby đề cập sự có mặt của thứ tự mổ hạt trong các xã hội động vật đã được các nhà quan sát xem là mặc nhiên hầu như trong suốt thế kỷ 20. Đây là sự xây dựng xã hội hợp lý vì có vẻ phản ánh tổ chức xã hội của chính chúng ta, và ngụ ý rằng hệ thống thứ bậc trong cấu trúc xã hội là điều chắc chắn xảy ra. Nhưng ngày càng có nhiều chứng cứ cho thấy hệ thống thứ bậc trực tuyến ít phổ biến hơn lần đầu chúng xuất hiện. Appleby chứng minh rằng nếu dữ liệu từ nhiều nghiên cứu tập tính học được khảo sát kỹ, thì hệ thống thứ bậc trực tuyến thực ra rất hiếm. Có thể hành vi của gia cầm nông trại hơn là điều phổ biến của các chủng loài khác được thừa nhận đầu tiên, thực ra hoàn toàn bất thường.

Dĩ nhiên, điều này không có nghĩa tính thống trị không xảy ra. Appleby đề cập không phải là điều đặc biệt khi phác họa một hệ thống "tam giác", qua đó động vật A có thể thống trị động vật B trong một lần chạm trán, động vật B sau đó thống trị động vật C trong lần chạm trán khác, và động vật C lại thống trị động vật A. Dĩ nhiên, thường có sự thay đổi liên tục trong những hệ thống như thế. Các nhóm động vật gồm nhiều cá thể, và chúng hành động không phải như những cỗ máy cử động: chúng tập quen từ kinh nghiệm và làm cho hành vi của mình thích nghi theo yêu cầu của tình huống. Mặc dù, điều quan trọng là khái niệm hệ thống thứ bậc thống trị có ở mọi nơi, tìm thấy trong mọi xã hội động vật, có vẻ không phải là chứng cứ ủng hộ bất chấp tính hợp lý bề ngoài.

TÍNH VÙNG

Khái niệm **tính vùng** thường áp dụng cho hành vi con người, mặc dù không phải lúc nào cũng theo cách khoa học đặc biệt. Chẳng hạn, Ardrey (1966) sử dụng khái niệm tính vùng do Lorenz đề xuất để "giải thích" chiến tranh và các mâu thuẫn xã hội khác trong xã hội loài người. Tuy nhiên, có những vấn đề đặc biệt trong việc tạo ra những khái quát ấy. Chúng ta đã nhận biết một số trong những vấn đề này, và sẽ đề cập tiếp trong cuối chương này. Mặc dù hiện nay, vấn đề quan trọng là loại lý thuyết này thường sử dụng định nghĩa tính vùng rất hạn chế như thể hành vi như thế đều như nhau trong mọi động vật. Nhưng khi khảo sát hành vi theo vùng chi tiết hơn, chúng ta có được bức tranh khác.

Vùng và phạm vi

Có lẽ một trong những điểm khác nhau quan trọng nhất của các nhà tập tính học là sự phân biệt giữa **vùng** và **phạm vi quen thuộc.** Mặc dù đôi khi các nhà tập tính học ban đầu nhầm lẫn điều này, ngày nay người ta phân biệt rõ phạm vi quen thuộc là vùng nơi động vật hay một nhóm động vật sử dụng – khu vực mà động vật tìm được thức ăn và nơi ở. Phạm vi này không giống như vùng vì trong nhiều chủng loài phạm vi quen thuộc của chúng chồng chéo với phạm vi quen thuộc của nhiều thành viên khác trong cùng chủng loài. Vùng có thể được định nghĩa tùy tiện như một khu vực trong đó động vật hay một nhóm các động vật liên kết phòng thủ chống lại các hành vi khác cùng chủng loài.

Quan niệm truyền thống về tính vùng cho rằng phạm vi quen thuộc và vùng đều khá giống nhau và tiếp tục quanh năm. Mặc dù, nói chung, loại tính vùng này kém phổ biến hơn tính vùng theo mùa và hình thức tính vùng khác với phạm vi quen thuộc. Cũng như đối với các khía cạnh khác của hành vi động vật, chính sự đa dạng hơn là tính đồng nhất mới được xem là quy luật.

Tính vùng theo mùa

Tính vùng hình thức, qui mô rộng, trong đó động vật bảo vệ cùng khu vực với sự dữ tợn ngang bằng trong suốt năm, thực ra có vẻ hoàn toàn không phổ biến trong thế giới động vật. Nhưng nhiều loài chim, cá và động vật có vú bảo vệ vùng trong thời điểm nào đó trong năm, thời điểm này đi kèm với mùa sinh sản: số động vật như thế tìm kiếm một vùng để giao phối và nuôi con, do đó chúng sẽ bảo vệ khu vực ấy chống lại mọi thành viên khác bất kỳ cùng chủng loài với mình – ngoại lệ đối với bạn tình tiềm năng. Chẳng hạn, đây là loại vùng mà cá gai 3 vây trống bảo vệ. Bơi tuần tiễu quanh ranh giới, xua đuổi số cá trống khác là một phần trong hành vi mùa động dục cũng quan trọng như nghi thức tìm hiểu chúng ta khảo sát ở đầu chương này (Tinbergen, 1951).

Loại hành vi mùa động dục này tạo ra những vùng tương đối đơn giản trong đó động vật độc thân hay các đôi động vật sinh sản sẽ bảo vệ khu vực chống lại hành vi khác cùng chủng loài. Hành vi như thế có lẽ liên kết mật thiết với cấu trúc xã hội mà động vật duy trì. Chẳng hạn, nhiều chủng loài chim có tính vùng cao, hình thành sự ràng buộc đôi kéo dài suốt năm, đôi khi suốt đời. Cá gai trống 3 vây tự mình nuôi con không cần sự giúp đỡ của các thành viên khác trong chủng loài trong những tình huống này, có thể sự bảo vệ và duy trì của cá thể, vùng cố định tạo cho động vật cơ hội nuôi con tối ưu, thành công.

Vùng làm tổ

Tuy nhiên, một số chủng loài, có các cấu trúc xã hội khác nhau đều có những loại vùng khác nhau. Một minh họa cho điều này là **vùng làm tổ** trong đó những vùng nhỏ hơn được định vị bên trong một vùng rộng lớn hơn. Leuze (1980) nhận thấy chuột đồng nước đều có các vùng "làm tổ". Chuột đồng nước đực bảo vệ một khu vực lớn chống lại số chuột đồng đực khác nhưng không chống lại số chuột đồng cái trong khu vực do chuột đực bảo vệ, có 2, 3 chuột cái hình thành một vùng và bảo vệ vùng này chống lại số chuột cái khác (mặc dù không chống lại số chuột đực).

Dĩ nhiên, không phải lúc nào chuột đực cũng chiếm một khu vực rộng lớn. Jenni (1974) cho thấy loài jacana cái Mỹ thường duy trì một vùng lớn và bảo vệ vùng này chống lại số jacana cái khác. Trong vùng của mình, một số jacana đực hình thành vùng nhỏ hơn và bảo vệ, chống lại lẫn nhau. Jacana đực làm tổ trong khi jacana cái đẻ trứng, sau đó jacana đực ấp trứng và nuôi con.

Tính vùng trong bầy đàn

Trong 2 ví dụ trước, vùng và phạm vi hầu như giống hệt nhau: động vật liên quan, một khi chiếm cứ một khu vực, có khuynh hướng sử dụng khu vực này làm nơi cung cấp thức ăn và nuôi con nhưng một số hình thức tính vùng không giống điều này chẳng hạn, mòng biển có một phạm vi rộng, đôi khi bay nhiều dặm để tìm thức ăn. Nhưng chúng làm tổ trong các bầy đàn đông quân số, đôi khi đến vài ngàn cặp chim trong một khu vực tương đối nhỏ. Trong trường hợp này, vùng của chim gồm tổ và khu vực tương đối nhỏ xung quanh, và chim bảo vệ khu vực này chống lại các chim khác trong bầy đàn.

Tinbergen (1951) quan sát hành vi này bao gồm nhiều sự gây hấn nghi thức hóa trong đó chim thể hiện với nhau nhưng không cần đến sự đánh nhau trong thực tế. Điệu bộ nghi thức bao gồm hành động bước một cách kiên quyết hướng về kẻ xâm nhập, ưỡn ngực, mỏ hướng lên trời, kéo vài cọng cỏ và hạ thấp mỏ ngang ức. Những hành động này theo Lorenz như sự phô bày vũ khí tự nhiên của chim, chim xâm nhập khi thấy bộ dạng này đều thể hiện sự nhượng bộ và rút lui khỏi khu vực.

Sự gây hấn nghi thức hóa

Như quan sát cá gai và mòng biển của Tinbergen cho thấy, sự bảo vệ vùng có nhiều hình thức, tùy vào chủng loài liên quan. Ở một số động vật, vùng được bảo vệ bằng sự thể hiện gây hấn theo nghi thức, là vấn đề đe dọa lẫn nhau hơn là các vấn đề khác – mặc dù xung đột sẽ xảy ra nếu kẻ gây hấn đến quá gần.

Lack (1943) nghiên cứu tính vùng ở chim cổ đỏ và nhận thấy số chim này mang tính vùng quyết liệt, không cho phép bất kỳ kẻ xâm nhập nào bước vào khu vực của mình. Cả chim trống lẫn mái đều bảo vệ khu vực, để làm như thế, chúng sẽ hót và làm cho mình dễ nhận thấy. Nếu chim cổ đỏ khác bước vào vùng, thì chim đang cư trú sẽ bay hướng về chim xâm nhập với tiếng hót âm sắc cao. Thông thường, điều này có nghĩa kẻ xâm nhập nên xéo đi. Nếu không, chim đang cư trú sẽ đậu lên nhánh cây gần đó và phô bày ngực đỏ của mình, chầm chậm quay từ bên này sang bên kia, ngẩng cao đầu, vểnh đuôi, làm lông cánh kêu lách tách. Chim tự mình chọn góc sao cho phô bày ngực đỏ của mình càng nhiều càng tốt cho kẻ xâm nhập thấy, toàn bộ cuộc phô bày có thể hiểu như sự phô trương sức mạnh. Nếu kẻ xâm nhập không phản ứng trước cuộc phô bày này, cả hai bước vào cuộc chiến, nhưng vấn đề thường không đi xa như thế.

Như chúng ta đã biết, Lorenz (1966) cho rằng đặc điểm quan trọng của những thể hiện như thế là sự trưng bày **vũ khí tự nhiên** của mình, như chó nhe răng khi gặp địch thủ. Ở một số chủng loài, vũ khí tự nhiên này được phóng đại. Chẳng hạn loài cua kéo đàn đực có càng cực lớn, khua càng để báo hiệu sự bảo vệ vùng của mình – một khu vực bùn nhỏ mà cua bảo vệ chống lại kẻ láng giềng cũng như những kẻ xâm nhập khác. Cua dùng càng làm vũ khí khi đánh nhau với số cua khác. Càng lớn đến mức ngày nay tỏ ra vô dụng đối với các mục đích khác – cua phải sử dụng càng khác nhỏ hơn nhiều để tìm thức ăn.

Có những minh họa tương tự về vũ khí tự nhiên quá to ở một số chủng loài khác. Tại sao loại phát triển này diễn ra, người ta vẫn chưa biết hết mặc dù có sự giải thích phổ biến áp dụng mô hình của Lorenz là sự phô bày vũ khí tự nhiên đi kèm với sự thành công trong tìm hiểu, kết bạn, nếu thế, động vật phô bày vũ khí tự nhiên to nhất, đe dọa nhiều nhất sẽ là động vật di truyền gien của mình cho thế hệ sau. Trong trường hợp như thế, vũ khí tự nhiên sẽ phát triển qua nhiều thế hệ ngày càng to hơn, có thể tiếp tục cho đến khi chi hay cơ quan trở nên hoàn toàn vô dụng đối với bất kỳ chức năng khác. Gould (1977a) cho rằng gạc cực to của loài nai sừng tấm Ireland ngày nay đã tuyệt chủng, có thể rộng đến 12 bộ thuộc vào nhóm này.

Bảo vệ vùng

Bảo vệ vùng không phải lúc nào cũng là công việc dễ dàng vì các thành viên khác trong chủng loài thường sẵn sàng ganh đua với kẻ đang chiếm giữ vùng cư trú. Krebs (1976) nghiên cứu vùng của loài sẻ ngô lớn nằm trong một khu vực rừng cây, và nhận thấy nếu đôi chim bị đuổi đi khỏi khu vực ấy, thì đôi chim mới sẽ bay đến tiếp quản vùng chỉ trong vài tiếng đồng hồ – ám chỉ rằng một số đôi chắc hẳn thường xuyên giám sát khu vực, chỉ chờ có cơ hội là dọn vào ở.

Thế loài sẻ ngô lớn làm gì để bảo vệ vùng của mình? Krebs tiến hành nghiên cứu tầm quan trọng của tiếng hót trong việc bảo vệ vùng. Ông tách từng đôi trong số 8 đôi chim đang cư trú trong một khu vực rừng cây cụ thể. Sau đó ông "chiếm lấy" 3 vùng, liên tục ghi âm tiếng hót của số chim ở trước đây. Các vùng khác xem như là vùng kiểm soát: 3 vùng hoàn toàn im lặng, 2 vùng khác có âm thanh ghi âm khác. Krebs nhận thấy vùng kiểm soát bị xâm nhập rất nhanh – chỉ trong một ngày. Nhưng các vùng có tiếng chim hót được ghi âm trong 2,5 ngày không hề có kẻ xâm nhập, cho thấy tiếng hót tác động như một dấu hiệu "xua đuổi" quan trọng.

Một giải thích có thể tại sao tiếng hót được ghi âm lại không ngăn được kẻ xâm nhập lâu hơn 2,5 ngày có thể là do tiếng hót không đổi, lúc nào cũng như thế khi phản ứng với tiếng hót của số chim khác. Krebs nhận thấy lúc tiếng hót ghi âm được phát lên khi kẻ xâm nhập đến thì kẻ xâm nhập phản ứng với tiếng hót phù hợp với tiếng hót thứ nhất. Trong cuộc tranh tài giữa hai chim thật, chim sở hữu vùng tiếp tục hót khác kể cả những yếu tố lấy từ tiếng hót của chim đang xâm nhập. Vì thế có thể sau một vài ngày, đối với các chim khác đều dễ thấy là tiếng hót không được sửa đổi phù hợp, vì thế chúng nghĩ rằng mình có thể dọn vào ở và chiếm cứ vùng.

Trong tính vùng theo mùa động dục, thể hiện vùng thường đi kèm với sự tìm hiểu. Chẳng hạn, nhiều tiếng hót của chim hoàn toàn không được dùng để bảo vệ vùng chống kẻ xâm nhập mà chúng còn được sử dụng để hấp dẫn bạn tình. Catchpole (1981) nghiên cứu chim chích sử dụng tiếng hót với 2 mục đích. Bằng cách ghi âm tiếng hót của chim chích và phát lại cho số chim chích khác nghe, Catchpole nhận thấy tiếng hót không chỉ là tác nhân quan trọng trong việc bảo vệ vùng mà còn có tác dụng như một nghi thức tìm hiểu, lôi kéo chim mái đến khu vực. Vì chim chích là loại chim nhỏ, sống trong lùm cỏ rậm rạp, tín hiệu thính giác như tiếng hót sẽ đi xa hơn và nhiều khả năng hấp dẫn bạn tình hơn là thể hiện thị giác.

Vùng và tính thích hợp sinh sản

Theo nghĩa tiến hóa, lập luận liên kết tính vùng và chọn lọc sinh sản là lập luận **tính thích hợp sinh sản.** Chim có được và bảo vệ một vùng cũng có khả năng là chim thích hợp hơn, nhanh hơn, hay mạnh hơn các chim khác, nó có thể tạo ra một khu vực an toàn để làm tổ và sẵn sàng cung cấp nguồn thức ăn. Điều này làm cho chim có nhiều triển vọng trở thành một bạn tình cả theo nghĩa tính chất di truyền lợi thế có thể lẫn chăm sóc con cái. Wynne-Edwards (1962) nhận thấy quy mô vùng thay đổi tùy theo lượng thức ăn cung cấp có sẵn: trong những năm thức ăn dồi dào, vùng nhỏ hơn, nhưng những năm mất mùa, vùng lớn hơn, cho thấy qui mô vùng trực tiếp liên quan đến việc cung cấp thức ăn thích hợp để nuôi con.

Dĩ nhiên, vấn đề không đơn giản như thế – rất hiếm khi chúng ta cố gắng rút ra "quy luật" chung về hành vi động vật vì chủng loài hành động khác hẳn nhau. Chẳng hạn chim két mang tính vùng dữ tợn "giải thích tại sao chim này hót hay" và không cho phép chim trống cạnh tranh có mặt trong khu vực của mình vào thời điểm giao phối. Tuy nhiên, Lea (1984) báo cáo rằng như chim khác chỉ tìm thức ăn và không tranh giành hấp dẫn bạn tình hay đến gần tổ thì được phép dạo chơi trong vùng tùy thích. Nếu vùng chỉ là nguồn cung cấp thức ăn thì điều này không chắc xảy ra.

Tiếp cận lý thuyết trò chơi đối với tính vùng

Maynard Smith (1972) phát triển phương pháp mới trong việc tìm hiểu tính vùng ở động vật, trên cơ sở tiếp cận toán học gọi là **lý thuyết trò chơi.** Trong tiếp cận này, nhà nghiên cứu sử dụng mô hình toán học để phát triển những phiên bản tình huống môi trường lý tưởng hóa, sau đó nghiên cứu loại hành vi động vật nào "thích hợp" nhất trong những tình huống này. Quan điểm cho rằng việc tạo ra mô hình toán học theo loại này có thể hỗ trợ cho việc giải thích tại sao chính một số loại hành vi lại có lợi thế tiến hóa cho dù bên ngoài chúng có vẻ bất lợi.

Một khái niệm quan trọng đối với tiếp cận lý thuyết trò chơi là khái niệm **chiến lược ổn định tiến hóa (ESS).** Đây là chiến lược cho phép động vật tối đa hóa cơ hội sinh sản của mình – nói cách khác, đây là tùy chọn "tốt nhất" để động vật chọn theo nghĩa tiến hóa. Trong minh họa ban đầu của Maynard Smith, điều này bao gồm việc chọn lựa tranh giành vùng với việc rút lui khi thể hiện tính vùng bị cá thể khác phủ nhận, thì hành động nào tốt hơn. Chiến lược "diều hâu" lúc nào cũng đánh trong khi chiến lược "bồ câu" là phải rút lui. Mặc dù bề ngoài có vẻ như thể "diều hâu" luôn hưởng lợi trong một tình huống như thế này, Maynard Smith chứng minh rằng thực ra cả hai chiến lược đều có khả năng như nhau trong việc tối đa hóa cơ hội sống còn của động vật.

Trong lý thuyết trò chơi, trị số giành cho chi phí và lợi ích có thể của mỗi tiếp cận. Trong loại mâu thuẫn này, có hai chi phí: chi phí bị thương nghiêm trọng (C) và năng lượng cạn kiệt do tranh chấp kéo dài (T). Nhưng có sự gia tăng bổ sung trong "sự thích hợp tiến hóa" đối với kẻ thắng (V). Maynard Smith ấn định V ở mức 50 đơn vị, C - 100 đơn vị và T – 10 đơn vị. Bảng 23.2 mô tả mâu thuẫn trên cơ sở quan điểm này trong một quần số có số lượng diều hâu và bồ câu ngang nhau.

Khi bồ cầu gặp diều hâu, không có tranh chấp: bồ câu rút lui, diều hâu được 50 điểm. Nếu diều hâu gặp diều hâu khác, sẽ có cuộc chiến kéo dài, khả năng cả hai bị thương nặng rất cao. Tổng số điểm có thể là V - C hay 50 - 100, vì chi phí bị thương nặng là 100 còn lợi ích của thắng cuộc là 50. Vì thế, chiến thắng trong trận đấu kéo dài trong khi cũng bị thương nặng làm cho động vật có số điểm – 50. Vì một trong 2 diều hâu sẽ thắng, nên sự thưởng phạt đối với từng động vật trong tình huống này là –25.

Bảng 23.2 Tiếp cận lý thuyết trò chơi đối với tính vùng

	Diều hâu	**Bồ câu**
Diều hâu	0,5 (V – C)	V
Bồ câu	0	0,5 (V - T)
	Diều hâu	**Bồ câu**
Diều hâu	-25	+50
Bồ câu	0	+20

Trái lại, nếu bồ câu gặp bồ câu, một trong hai có thể rút lui, mặc dù thể hiện tính vùng của chúng cần ít thời gian hơn. Điều này có nghĩa rằng toàn bộ số điểm có thể là V-T hay 50-10 (10 là thời gian chúng dùng để phô trương lẫn nhau). Vì chiến thắng có thể thuộc về một trong hai, tổng số chia đôi, thưởng phạt cho từng bồ câu trong tình huống này là 20. Như trong bảng, điều này thực sự có nghĩa cả 2 loại chiến lược – diều hâu hay bồ câu – điều có khả năng lợi thế đối với động vật như nhau.

Maynard Smith (1972) cho rằng sự cân bằng giữa diều hâu và bồ câu mang tính ổn định về tiến hóa vì không có chiến lược nào có lợi thế so với chiến lược kia. Qua thời gian, quần số bao gồm những động vật chấp nhận 2 chiến lược này luôn đổi thành sự cân bằng 50/50, vì quần số có nhiều diều hâu hơn sẽ có nhiều khả năng bị thương nặng hơn, trong khi quần số có số diều hâu ít hơn có nghĩa rằng diều hâu ít bị thương nặng hơn, do đó quần số của chúng tăng dần.

Chiến lược thay thế

Nhiều nhà nghiên cứu phát triển tiếp cận này, nhận dạng các chiến lược thay thế mà động vật có thể chấp nhận. Caryl (1981) mô tả chiến lược "diều hâu khôn ngoan" này: động vật đánh nhau một lúc nhưng rút lui nếu thấy cuộc chiến diễn ra quá lâu. Bằng cách này, diều hâu hạn chế khả năng bị thương nặng, chi phí hành vi kiểu diều hâu thấp hơn. Khả năng khác là phần thưởng dành cho kẻ chiến thắng sẽ cao hơn: trong mô hình này gia tăng giá trị V có nghĩa là sự cân bằng giữa chiến lược diều hâu và bồ câu rất khác nhau. Tùy chọn thứ 3 là chiến lược "trưởng giả" do Maynard Smith (1974) mô tả trong đó động vật đang sở hữu vùng sẽ chiến đấu quyết liệt hơn động vật đang xâm nhập.

Có thể nhận biết sự việc tương tự trong đời thực đối với mỗi loại chiến lược này ở các chủng loài động vật khác nhau. Clutton-Brock, Guinness và Albon (1982) chứng minh rằng nai đỏ đặc biệt mắn đẻ trong 2 tuần đầu tháng 10, vì thế vào thời điểm này rất thuận lợi để giao phối. Đây cũng là minh họa gia tăng giá trị V trong mô hình lý thuyết trò chơi. Davies (1978) chứng minh rằng loài bướm đốm vẫn chấp nhận mẫu tính vùng "trưởng giả" trong các vùng giao phối tạm thời của chúng. Bướm đực đầu tiên đến một khu vực cư trú trở thành "chủ nhân". Nếu bướm đực khác thâm nhập vào vùng, bướm sẽ có xung đột mang tính nghi thức, ngắn gọn, sau đó kẻ xâm nhập rút lui. Nhưng Davies chứng minh rằng nếu cả hai "nghĩ" rằng mình là người đầu tiên thì cuộc chiến rất dài, dễ dẫn đến thương vong.

Tuy nhiên, vấn đề trong loại tiếp cận này là chỉ *mô tả* các mẫu hành vi, thực ra không giúp chúng ta *tìm hiểu* nhiều hơn về tính đa dạng trong hành vi chủng loài. Như chúng ta đã biết, động vật hành động theo nhiều cách khác nhau. chẳng hạn, một số động vật giải quyết tranh chấp bằng cách liên minh: Packer (1977) chứng minh loài khỉ đầu chó đực hình thành những liên minh tạm thời để giúp nhau chống lại kình địch, de Waal (1984) mô tả liên minh tương tự ở hắc tinh tinh. Mặc dù có thể tạo ra mô hình toán học mô tả điều này nhưng nói chung không chắc chắn việc phát triển mô hình toán học và sau đó tìm một chủng loài thích hợp mô hình có thể giúp chúng ta hiểu tại sao hành vi động vật lại đa dạng như thế.

Khi lý thuyết trò chơi phát triển, mô hình trở nên phức tạp hơn. Có thể phát triển mô hình lý thuyết trò chơi để giải thích cho hầu hết một loại hành vi bất kỳ. Nhưng vấn đề là thực sự nếu làm như thế liệu chúng ta có giải thích được mọi thứ hay không. Một số lý thuyết gia cho rằng những gì chúng ta có thể làm trong thực tế là phát triển nhiều cách tinh vi hơn để mô tả hành vi động vật, nói chung không bổ sung vào vốn hiểu biết của chúng ta. Những lý thuyết gia này xem sự phát triển là những mô hình toán học phức tạp hơn để đối phó với hành vi động vật đa dạng hơn chỉ là việc làm khá vô ích. Gould (1981) nhận xét trong một bối cảnh khá khác nhau, tốt hơn nên tìm kiếm những quy luật và nguyên tắc hình thành làm cơ sở cho tính đa dạng hành vi.

Chỉ trích khác đối với tiếp cận lý thuyết trò chơi là chúng đặt hành vi ngoài bối cảnh. Bằng cách chỉ tập trung vào lợi thế sinh sản giả định của một loại hành vi cụ thể, chúng xem nhẹ những áp lực môi trường khác đối với động vật ấy. Có một giả định ẩn cho rằng hành vi chỉ lệ thuộc vào một dải các yếu tố hạn chế khác, và nhất là hành vi của động vật khác. Nhưng hành vi động vật hiếm khi nào máy móc như thế. Như chúng ta đã biết trong Chương 22, yếu tố môi trường định hình những gì một động vật sẵn sàng tập quen, như chúng ta đã biết trong đầu chương này, chúng có thể ảnh hưởng đến tổ chức xã hội cũng như các hình thức hành vi khác ra sao. Chúng ta cần nghiên cứu hành vi động vật trong toàn bộ bối cảnh môi trường nếu muốn tìm hiểu động vật tiến hóa như thế nào.

Thông báo khả năng nắm giữ tài nguyên

Dĩ nhiên, trong đời sống thực, không chỉ là vấn đề 2 động vật ngang bằng nhau gặp nhau trong sự xung đột tiềm năng. Một số động vật to hơn, khỏe hơn động vật khác. Parker (1974) cho rằng có **sự mất cân đối tương quan** – tính không ngang bằng – giữa các động vật, trong hầu hết các xung đột, có nghĩa rằng động vật này có nhiều khả năng giành chiến thắng so với động vật khác. Động vật có khả năng giành nhiều chiến thắng hơn

Bảng 23.3 Khía cạnh khả năng nắm giữ tài nguyên

1 *Vóc dáng*

Động vật lớn hơn có khả năng giành chiến thắng nhiều hơn, và ngược lại, nếu 2 động vật có cùng vóc dáng như nhau thì cuộc chiến sẽ kéo dài lâu hơn. Dự đoán này được nhận xét mâu thuẫn ở nai đỏ của Clutton-Brock, Guinness và Albon, 1982) ủng hộ.

2 *Vũ khí*

Geist (1966) chứng minh rằng cừu có sừng lớn hơn trong nghiên cứu của Stone có khả năng giành chiến thắng trước số cừu có sừng nhỏ hơn.

3 *Thông tin về kinh nghiệm trước đây*

Thouless và Guinness (1986) báo cáo rằng nai cái có thể giải quyết mâu thuẫn giữa 2 nai đực dựa trên kinh nghiệm trước đây với những cá thể đặc biệt ấy.

được cho là có **khả năng nắm giữ tài nguyên** hay **RHP** cao hơn. Khả năng nắm giữ tài nguyên có 3 khía cạnh được mô tả trong Bảng 23.3.

Parker nhận xét thể hiện tính vùng có thể được xét theo cách một động vật thông báo khả năng nắm giữ tài nguyên của mình cho động vật khác biết. Đây là lợi thế của động vật khi đánh giá khả năng nắm giữ tài nguyên của đối phương vì theo cách này động vật có thể đánh giá tiếp tục tranh giành là có đáng giá hay không. Sau đó, trong mô hình này, thể hiện nghi thức và đe dọa được xem là hình thức thông báo chứ không phải đơn thuần là những mẫu hành động nghi thức hóa. Chúng là cách thông báo khả năng nắm giữ tài nguyên của động vật cho đối phương biết. Vì thế, thay vì chiến lược phản ứng tương đối giản dị thái quá theo lý thuyết trò chơi trình bày, thì hành vi của động vật được xem là thông điệp thích hợp với yêu cầu tiến hóa đặc trưng của tình huống.

Tính vùng ở loài linh trưởng

Nghiên cứu tính vùng ở động vật như đã được đề cập thường được sử dụng làm cơ sở lập luận về tính vùng ở con người. Nếu đúng thế, chúng ta nên đặc biệt chú ý những nghiên cứu tính vùng ở những chủng loài gần gũi với con người nhất – mặc dù cũng đáng lưu ý rằng những tác giả tự biện tính vùng ở người bằng cách này dường như tập trung vào hành vi của chim và cá nhiều hơn hành vi của động vật có vú, chỉ nghiên cứu có loài linh trưởng.

Cũng như với quá nhiều hình thức hành vi khác, tính vùng trong họ linh trưởng quả thực rất đa dạng. Rowell (1972) mô tả hành vi tính vùng rất chặt chẽ hiếm thấy ở loài linh trưởng, thực ra số chủng loài linh trưởng bảo vệ khu vực của mình chống lại chủng loài khác không có nhiều. Trong số này chỉ có một ít chẳng hạn như vượn, tranh giành vùng diễn ra theo loại vùng trung tính giữa các ranh giới 2 vùng. Thông thường, động vật sẽ nhảy dựng lên, xua đuổi động vật khác và thể hiện sự phấn khích nói chung trước khi rút lui trở về khu vực của riêng mình và tìm thức ăn một cách hòa bình (Elefson, 1968). Đúng ra không phải là mâu thuẫn vùng, dường như đây là sự thể hiện quyền sở hữu và tái khẳng định ranh giới.

Quan sát của Rowell về khỉ đầu chó không thể hiện chứng cứ nào về tính vùng, theo nghĩa bảo vệ khu vực cụ thể chống lại số khỉ đầu chó khác. Đúng ra, khỉ đầu chó thường sống một thời gian ngắn trong một khu vực, sau đó dời chỗ đến khu vực khác trong phạm vi. Loại hiện hữu du cư này có vẻ phổ biến ở nhiều chủng loài khỉ, nhất là loài khỉ sống trong rừng và trên thảo nguyên.

Ở những loài khỉ gần gũi với con người nhất, hắc tinh tinh và khỉ đột, thêm lần nữa có vẻ ít thấy chứng cứ về tính vùng ngoại trừ những nhóm sống trong điều kiện phi tự nhiên theo một số loại nào đó.

Bình thường, cả hắc tinh tinh (Reynolds, 1963) lẫn khỉ đột (Schaller, 1963) sống đời du mục trong một phạm vi quen thuộc lớn. Bầy đàn sẽ dời chỗ đến nguồn thức ăn khác, qua khoảng 1 năm, chúng khép vòng, chiếm một khu vực rất rộng.

Mặc dù làm tổ để ngủ tạm thời trên cây, hắc tinh tinh không có vẻ xem nơi này là vùng theo nghĩa bảo vệ mình chống lại hắc tinh tinh khác. Reynolds nhận thấy thông thường các nhóm hắc tinh tinh khác sẽ chiếm cứ cùng một phạm vi quen thuộc, thậm chí áp sát nhóm khác. Nói chung, giữa chúng ít có sự gây hấn, nhưng nếu nhóm này nhận biết nhóm kia đôi khi chúng cùng hợp xướng với những tiếng la hét, như thể nhóm này báo hiệu cho nhóm kia biết mình đang có mặt.

Yếu tố môi trường trong tính vùng

Dĩ nhiên trong điều này cũng có ngoại lệ nhưng những ngoại lệ này có thể liên quan với điều kiện bất thường phát sinh theo một cách nào đó. Chẳng hạn, van Lawick – Goodall (1974) quan sát một nhóm hắc tinh tinh "gây chiến" với nhóm hắc tinh tinh khác, bằng cách tấn công và đuổi chúng ra khỏi khu vực. Tuy nhiên, đây là số hắc tinh tinh được nuôi trong trung tâm nghiên cứu linh trưởng Gombe Stream, như chúng ta đã thấy, kinh nghiệm của chúng khác với kinh nghiệm của hầu hết các hắc tinh tinh khác. trung tâm duy trì một nhóm hắc tinh tinh để nghiên cứu bằng cách cung cấp chuối đều đặn mỗi ngày. Điều này tạo ra tình huống vô vùng đặc biệt đối với nhóm hắc tinh tinh sống trong rừng, ở chỗ hắc tinh tinh thường ở cùng một khu vực trong suốt năm hơn là di chuyển tứ tán. Căn cứ vào khả năng tập quen của hắc tinh tinh, có thể điều này tạo ra khái niệm tính vùng không có ở hắc tinh tinh trong tình huống mang tính nhân tạo ít hơn.

Tương tự, Fossey (1980) quan sát có nhiều sự kình địch giữa các nhóm ở các bộ tộc khỉ đột láng giềng. Tuy nhiên, thêm lần nữa có yếu tố kiềm chế nhân tạo. Quan sát của Fossey diễn ra trong một khu vực nơi dải động vật tự nhiên bị tước đoạt nghiêm trọng do sự phá hủy rừng mưa nhiệt đới. Khỉ đột luôn bị con người săn bắn. Tất cả những điều này có nghĩa rằng chúng phải chịu nhiều căng thẳng hơn bình thường trong khi không gian di chuyển cũng bị thu hẹp nhiều hơn. Cả hai yếu tố này chắc chắn có ý nghĩa quan trọng trong sự gây hấn của khỉ.

Nhóm khỉ lớn thứ 3, đười ươi, là những động vật cô độc, thường thích sống một mình. McKinnon (1974) nghiên cứu đười ươi trên đảo Sumatra và nhận thấy mỗi cá thể đều có phạm vi quen thuộc rõ ràng, chồng chéo với phạm vi quen thuộc của một số đười ươi khác. Đôi khi một số đười ươi sống trong cùng khu vực sẽ gặp nhau tại một nơi có nhiều thức ăn tương đối tốt, nhưng những lần gặp này thường có khuynh hướng hòa bình. Ngoại lệ duy nhất là khi 2 con đực to lớn gặp nhau, lúc này sẽ xảy ra cuộc xung đột dẫn đến kết quả một trong hai phải di khỏi khu vực.

Khi nghiên cứu dải động vật cá thể, McKinnon suy đoán những con đực vóc dáng to lớn, lâu năm hơn sẽ có một số loại vùng bao phủ một phạm vi cực rộng, và những đười ươi khác sống trong những khu vực này. Tuy nhiên, vì những động vật này sống cách nhau nhiều dặm và chúng tương đối e dè người lạ nên khó có được chứng cứ rõ ràng về vấn đề này. Mặc dù điều chắc chắn là ở đười ươi không hề có hành vi nào giống như loại tính vùng được thể hiện ở loài mòng biển và chim cổ đỏ.

Chúng ta có thể nhận thấy hành vi tính vùng rất khác nhau, nói chung mọi động vật đều có được và bảo vệ một phần vùng. Khi bàn về tính vùng ở động vật, điều quan trọng phải nên chắc chắn chúng ta đang muốn ám chỉ chính xác điều gì nếu không sẽ dễ rơi vào những giả định sai lầm nghiêm trọng.

SỰ GÂY HẤN VÀ HÒA GIẢI

Có lẽ nổi tiếng nhất và thuyết phục nhất trong tất cả lý thuyết khác nhau trong tâm lý học so sánh là lý thuyết gây hấn do Konrad Lorenz (1966) đưa ra. Chúng ta đã nghiên cứu một số khía cạnh của lý thuyết này, như sự nhấn mạnh của ông về điệu bộ gây hấn và nhân nhượng, cũng như quan điểm cho rằng thể hiện gây hấn bao gồm việc phô bày vũ khí tự nhiên của chủng loài. Như chúng ta đã biết, trong một số khía cạnh, mô hình này chứng tỏ rất hữu ích. Chẳng hạn, quan điểm về sự thể hiện đe dọa có thể giúp chúng ta tìm hiểu một số khía cạnh hành vi tính vùng và tìm hiểu. Nhưng có những khía cạnh trong lý thuyết của Lorenz khá khác nhau.

Một trong số này là lập luận gây nhiều tranh cãi của ông khi cho rằng chỉ có số chuột và con người thí nghiệm mới giết chết thành viên khác thuộc chủng loài của mình. Theo Lorenz, 2 chủng loài này thiếu phản ứng ức chế có sẵn đối với điệu bộ nhân nhượng có thể "ngắt" hành vi gây hấn ở động vật tấn công. Do đó một khi bắt đầu tấn công có thể tiếp tục cho đến khi động vật bị tấn công chết hay hấp hối. Ở những chủng loài khác, Lorenz quả quyết (mặc dù ngày nay có một số chứng cứ cho thấy ngược lại), sự tấn công sẽ tự động dừng bằng điệu bộ nhân nhượng.

Ngoài ra, Lorenz cho rằng sự gây hấn là hành vi bản năng có ở mỗi chủng loài, vì thế chắc chắn xảy ra. Đúng ra không phải là cố kiềm chế sự gây hấn, đối với xã hội điều cần thiết là nên phát triển nhiều cách định hướng sự gây hấn ở con người. Ông áp dụng mô hình nước năng lượng hành động cụ thể mà chúng ta đã xét đến trong Chương 22, xem năng lượng gây hấn đang được hình thành liên tục trong cá thể, cần phải có một số loại thông thoáng – nếu cần thiết thông qua những trò chơi đồng đội và tranh tài có tổ chức – vì nếu không sẽ xuất hiện dưới dạng chiến tranh và tình trạng xã hội bất ổn.

Đối với điều này, Lorenz xem cả tính vùng lẫn hệ thống thứ bậc thống trị là những đặc điểm chắc chắn phải có trong sự gây hấn tự nhiên của mọi động vật, kể cả con người. Không như số tác giả sau này dựa trên lý thuyết của ông, ông không phân biệt giữa các giới tính, cho rằng cả nam lẫn nữ đều có mức độ gây hấn bẩm sinh ngang nhau.

Chúng ta đã chứng kiến rằng có những giải thích khác về sự gây hấn, và hành vi bẩm sinh ấy không hề có vẻ tự động như ông quả quyết. Tuy nhiên, quan điểm của Lorenz tỏ ra rất thuyết phục, hiện nay vẫn còn thịnh hành trong một số lĩnh vực. Chẳng hạn, Morris (1981) dựa trên lý thuyết của ông để đề cập hành vi của cổ động viên bóng đá. Nhận thức của con người mang tính gây hấn bản năng và cần được kiểm soát chặt chẽ là mô hình làm nền tảng suy nghĩ của nhiều người ủng hộ chính sách cứng rắn và hình phạt thật nghiêm trong xã hội hiện đại, liên quan mật thiết với thuyết hành vi đám đông mà chúng ta đã nghiên cứu trong Chương 17.

Chỉ trích thuyết của Lorenz

Quan điểm cho rằng sự gây hấn là một đặc tính bẩm sinh, hình thành ở cá thể bị nhiều người phủ nhận. Từ lâu cho thấy hành vi gây hấn có thể do sự thất vọng hay tình huống xã hội căng thẳng tạo ra: Calhoun (1962) chứng minh loài chuột trong không gian gò bó, tài nguyên hạn hẹp, không những mang tính vùng nhiều hơn mà còn có những hành vi gây hấn càng ngày càng nhiều, kể cả sau cùng giết chết chuột con và ăn thịt đồng loại. Căn cứ vào điều này, cùng với tính đa dạng hành vi đang hiện hữu, nhất là ở những chủng loài gần với con người nhất, chứng cứ ủng hộ thuyết của Lorenz không nhiều.

Một trong những điểm yếu nhất của thuyết là Lorenz rút ra những minh họa của mình từ một dải chủng loài tương đối hạn chế, trong số này chỉ có một vài loài linh trưởng. Có nhiều hình thức khác nhau trong tổ chức xã hội ở động vật. Hành vi tính vùng không phải là không tránh được, cũng như sự hình thành các hệ thống thứ bậc thống trị cứng nhắc: chúng khác nhau theo từng chủng loài. Trong nhóm linh trưởng, phần lớn trường hợp của mình, Lorenz đều dựa trên nghiên cứu của Washburn và DeVore (1961), mặc dù như chúng ta đã biết, không hẳn lời giải thích của họ mô tả một bức tranh toàn cảnh về sự chọn lựa hành vi của chúng

Khung 23.1 Lý thuyết so sánh và hệ tư tưởng của thời đại (Zeitgeist)

Lý thuyết hành vi động vật phổ biến luôn có khuynh hướng phản ánh "tư tưởng của thời đại" – "Zeitgeist", và thường chọn vai trò chính trị làm biện minh cho thông lệ xã hội ở người. Trong thời kỳ sau này của triều Victoria, một phiên bản phổ biến hóa về thuyết tiến hóa dưới dạng thuyết Darwin Xã hội của Spencer. Đời sống tự nhiên được mô tả này như cuộc chiến thảm khốc để cá thể thích hợp nhất được sống còn: và khái niệm "màu đỏ tự nhiên trong răng và móng" được sử dụng để biện minh cho sự tồn tại của cá thể thích hợp nhất theo nghĩa kinh tế.

Thuyết gây hấn bẩm sinh của Lorenz được phát triển trong giai đoạn khoảng sau Thế chiến II, trong đó thuyết có tính quyết định di truyền được nhiều người tán thành nhất là ở Đức và Áo. Những mô hình như thế, và khái niệm nhân tính ganh đua/gây hấn "tự nhiên" hình thành nền tảng cho nhiều thông lệ xã hội ở Đức lúc bấy giờ – không đề cập gì đến vai trò của các thuyết quyết định di truyền nói chung trong việc thảm sát 6 triệu người Do Thái và vô số người khác.

Thuyết "tồn tại nhóm" của Wynne Edwards, được nhiều người biết đến trong thập niên 1960 có thể thích hợp với nền kinh tế đang phát triển và nhận thức xã hội về thời đại ngày càng tăng và quan điểm phổ biến hóa của Morris về chọn lọc giới tính cũng liên quan đến mức độ tự do tình dục ngày càng tăng cũng được thời này đề cập đến nhiều.

Tương tự, nhấn mạnh sinh học xã hội vào sự chọn lọc họ hàng – mỗi người chăm sóc cho chính mình – của các nhà sinh học xã hội có thể liên quan với bầu không khí kinh tế khó thở hơn trong thập niên 1980 ở cả Anh lẫn Mỹ. Dĩ nhiên, đây có thể là sự trùng hợp nhưng có vẻ không chắc chắn – nên nhớ, chúng ta không tìm hiểu lý do tại sao Wilson phát triển lý thuyết xã hội sinh học, nhưng tìm hiểu tại sao giải thích sinh học xã hội trở nên thịnh hành như thế. Lý thuyết phù hợp với tâm trạng của thời đại là lý thuyết được mọi người sẵn sàng chấp nhận có lẽ ít bị chỉ trích hơn lý thuyết không phản ánh tâm trạng.

Khi chúng ta trải qua những giai đoạn chính trị khác nhau với sự tranh luận xã hội ngày càng tăng về đạo đức, tinh thần trách nhiệm và khả năng giải trình, sự nhận thức sinh thái ngày càng nhiều, sinh học xã hội đối mặt với nhiều thử thách càng lớn. Các nhà nghiên cứu bắt đầu nhận dạng những minh họa về hành vi vị tha với cá thể không có họ hàng và nhấn mạnh tầm quan trọng của môi trường trong việc tìm hiểu hành vi động vật. Khoa học hiện đại cũng phản ánh tư tưởng thời đại - Zeitgeist.

loài ấy. Nhưng trong Khung 23.1, chúng ta có thể hiểu được lý do tại sao lý thuyết của ông trở nên phổ biến như thế không phải vì cơ sở khoa học của lý thuyết mà vì lý thuyết phản ánh quan điểm xã hội thịnh hành trong thời điểm ấy.

Tầm quan trọng của sự hòa giải

Sự thống trị của nghiên cứu từ Lorenz trong lĩnh vực tập tính học cũng có kết quả khác, là phải tập trung sự chú ý vào những cuộc chạm trán đối kháng giữa động vật này với động vật khác, nhưng điều này chỉ cho chúng ta biết một nửa câu chuyện. Chúng ta cũng cần nghiên cứu quá trình **hòa giải:** hai động vật có cuộc chạm trán gây hấn sẽ lấy lại cân bằng và tiếp tục sống thân thiện – hay ít nhất sống hòa bình – trong cùng nhóm ra sao.

De Waal (1989) nghiên cứu các nhóm linh trưởng khác nhau giải quyết chạm trán đối kháng như thế nào và cho rằng chúng ta biết được nhiều điều về tổ chức xã hội từ nghiên cứu sự hòa giải. Loài linh trưởng được ông nghiên cứu bao gồm: hắc tinh tinh, khỉ nâu, khỉ cụt đuôi và bonobo (thường được gọi là hắc tinh tinh lùn, nhưng ngày nay được xem là một chủng loài riêng). Trong mỗi chủng loài này, de Waal nhận dạng cơ chế không chỉ cho phép động vật liên quan tương tác tích cực với nhau thêm một lần nữa mà còn phục vụ cho một mục đích rộng hơn tăng cường sự cố kết xã hội trong một nhóm nói chung.

Loài cơ chế hòa giải do de Waal nhận dạng bao gồm "nói dối tập thể" được một số hắc tinh tinh sử dụng. Trong minh họa này, một trong những hắc tinh tinh đực, lâu năm, sau khi chạm trán gây hấn đặc biệt với một hắc tinh tinh đực khác, đột nhiên bắt đầu tìm hiểu một vùng đất và la hét thật to như thể mình vừa phát hiện một điều gì đó thú vị. Số hắc tinh tinh còn lại trong nhóm, kể cả hắc tinh tinh đực khác, đổ xô tìm kiếm. Tuy nhiên, số hắc tinh tinh khác trở nên mệt mỏi, bỏ đi, để lại hai hắc tinh tinh đực có vẻ đang chăm chú cùng nhau tìm hiểu vùng đất. De Waal quả quyết cho rằng đây là chiến lược hòa giải được số hắc tinh tinh còn lại trong nhóm ủng hộ. Nếu thực sự có điều gì đó đáng xem thì một số hắc tinh tinh khác sẽ ở lại tìm kiếm.

Đây chỉ là một trong số nhiều minh họa hành vi hòa giải được de Waal nhận dạng. Những chủng loài linh trưởng khác sử dụng các phương pháp khác nhau để đi đến hòa giải kể cả việc áp dụng tiếp xúc tình dục, thường diễn ra ở mức đáng chú ý trong các nhóm bonobo. De Waal cũng đề cập chiến lược hòa giải ở người, nhưng nêu rõ lĩnh vực này nghiên cứu chưa nhiều. Sự nhấn mạnh vào gây hấn và hành vi gây hấn có nghĩa rằng chúng ta thường chỉ xét đến một mặt của vấn đề – trong chủng loài của riêng mình cũng như trong các chủng loài khác.

HÀNH VI ĐỘNG VẬT VÀ THUYẾT TIẾN HÓA

Như chúng ta đã biết trong chương trước, một trong những vấn đề quan trọng nhất trong tâm lý học so sánh liên quan đến việc xét hành vi trong bối cảnh tiến hóa. Nghiên cứu hành vi động vật tạo ra một số tiếp cận khác hẳn với việc tìm hiểu tiến hóa và cách tiến hành chọn lọc tự nhiên.

CHỌN LỌC NHÓM

Năm 1962, Wynne-Edwards cho rằng chọn lọc tự nhiên tác động nhóm của chủng loài nói chung nhất là khi nhóm phải trở thành đầu đàn. Wynne-Edwards quan sát rằng mật độ quân số thường phản ánh cơ hội sống còn dành cho quân số ấy. Trong những năm thức ăn thừa thải, động vật trong vùng thường có những vùng tương đối nhỏ, trong khi vào những năm thức ăn không nhiều, khu vực động vật chiếm cứ thường rộng hơn. Nói chung điều này có nghĩa số lượng thành viên trong chủng loài ấy vào năm thức ăn thừa thái thường cao hơn các thời điểm khác.

Wynne-Edwards xem điều này tượng trưng cho cơ chế điều chỉnh đang hoạt động để tối đa hóa **sự sống còn của nhóm.** Tỉ lệ sinh sản của động vật cũng thay đổi để đạt được mục đích này, vì một nhóm động vật giảm tỉ lệ sinh sản trong một năm đói kém sẽ có nhiều thức ăn hơn dành cho mỗi động vật, vì thế có khả năng sống còn nhiều hơn qua một số thiên tai. Nếu chủng loài không giảm tỉ lệ sinh sản vào năm đói kém thì nhóm nói chung sẽ suy yếu do chết đói, vì thế sự sống còn của chúng sẽ bị đe dọa.

Mặc dù lúc đầu có vẻ hơi khác nhau, nhưng thuyết gây hấn nghi thức hóa của Lorenz là sự mô tả khác của loại lập luận sống còn ở chủng loài này. Như chúng ta đã biết, Lorenz cho rằng động vật bị ức chế không gây tử vong hay bị thương nghiêm trọng cho các thành viên khác trong cùng chủng loài qua sự hiện diện của điệu bộ nhân nhượng, có tác động như sự kiềm hãm tự động đối với hành vi gây hấn. Điều này liên kết với lập luận của Wynne-Edwards cho rằng chọn lọc tự nhiên tác động để tối đa hóa sự sống còn của nhóm chứ không phải sự sống còn của cá thể: điệu bộ nhân nhượng theo Lorenz đã phát triển vì bằng cách này số thành viên trong nhóm không đối đầu với nhau và có thể hợp tác để tồn tại.

Vấn đề trong thuyết chọn lọc nhóm

Một trong những vấn đề của tiếp cận chọn lọc tự nhiên này là toàn bộ quan điểm cho rằng chọn lọc tự nhiên có thể tác động đến nhóm cũng như đối với cá thể. Thật khó nhìn thấy một cơ chế bất kỳ để tác động này có thể diễn ra. Chúng ta có thể hiểu áp lực của chọn lọc tự nhiên sẽ tác động đến cá thể ra sao thông qua sự kế thừa đặc điểm giúp cá thể động vật ấy sống còn. Cũng có thể nhận thấy chọn lọc tự nhiên sẽ tạo ra tỉ lệ sinh sản nói chung thấp hơn đến mức nào. Chẳng hạn, Lack (1943) chứng minh chim này đẻ nhiều trứng hơn chim khác trong năm đói kém nhưng thực ra nuôi ít chim con hơn số chim không đẻ trứng nhiều. Vì nguồn cung cấp lương thực khan hiếm, nên chim bố mẹ không thể cung cấp đủ thức ăn cho chim con, phải phân bố thức ăn hạn chế có nghĩa là số chim con lớn lên không khỏe mạnh bằng số chim khác.

Nhưng đây là một lập luận cá thể chứ không phải là lập luận nhóm cho dù nó có ảnh hưởng đến toàn bộ quân số của chủng loài. Chọn lọc tự nhiên tác động đến cá thể chứ không tác động đến nhóm, có nghĩa là chim có thể trong trường hợp đói kém đẻ trứng ít hơn sẽ có nhiều khả năng thành công hơn khi nuôi chim con. Mặc dù điều này cũng có ảnh hưởng theo nghĩa số lượng thành viên của chủng loài ấy trong một năm nhất định, đây là cơ chế tác động đến cá thể động vật trong chủng loài ấy hơn là tác động đến nhóm nói chung.

SINH HỌC XÃ HỘI

Một tiếp cận khác do Wilson đề xuất lần đầu tiên năm 1975 là tiếp cận **sinh học xã hội.** Sinh học xã hội trở thành một quan điểm thống trị trong sinh học đương đại và tâm lý học so sánh trong thập niên 1980, mặc dù lúc nào cũng có nhiều nhà sinh học và tâm lý học so sánh không nhất trí. Về cơ bản, sinh học xã hội trình bày quan điểm chọn lọc tự nhiên cho rằng thậm chí sự sống còn của cá thể không phải là điều đặc biệt quan trọng với điều kiện gien của cá thể tồn tại. Hành vi không làm lợi cho cá thể động vật nhưng có lợi cho những động vật thân thuộc có thể góp phần vào sự thích hợp chung của dòng quan hệ họ hàng ấy, cho dù nó không góp phần vào sự sống còn của động vật trong tư cách cá thể.

Wilson phát triển lý thuyết của ông dựa trên nghiên cứu xã hội loài kiến và các côn trùng khác. Trong những xã hội này, đối với động vật cá thể việc phải hi sinh để bảo vệ bầy đàn không phải là chuyện đặc biệt. Wilson đặt vấn đề nếu chọn lọc tự nhiên dựa trên cơ sở sống còn của cá thể thì điều này có thể diễn ra như thế nào? Ông cho rằng lý do là mặc dù cá thể chết nhưng gien của nó vẫn tồn tại ở các thành viên khác trong bầy đàn vì tất cả đều có quan hệ với nhau. Thực ra, hành vi hi sinh mình như thế làm cho số gien ấy có khả năng tồn tại nhiều hơn, và điều này giải thích tại sao hành vi được duy trì và được lưu truyền. Wilson cho rằng không phải là sự sống còn của cá thể, mà chính sự sống còn của những động vật mang cùng gien mới là điều quan trọng.

Sinh học xã hội cho rằng hành vi động vật được giải thích bằng cách nghiên cứu chức năng tiến hóa của động vật. Trọng tâm của điều này là khái niệm **sự thích hợp bao gồm** – sự tồn tại của cá thể thích hợp nhất là sự tồn tại của những động vật mang gien thích hợp nhất chứ không phải sự tồn tại của những cá thể thích hợp nhất. Quan điểm này dùng để giải thích các trường hợp hành vi động vật ban đầu có vẻ khó hiểu theo nghĩa tiến hóa, ít nhất đối với những người ủng hộ quan điểm tiến hóa như sự ganh đua liên tục. Việc xuất hiện **hành vi vị tha,** trong đó một động vật sẽ tự đặt mình vào nguy hiểm để cứu họ hàng đều không thể giải thích theo những nghĩa ấy. Tuy nhiên, cũng có nhiều cách khác để nghiên cứu sự tiến hóa.

Như chúng ta đã biết trong Khung 23.1 ở trang 754, khái niệm chọn lọc họ hàng của Wilson được Dawkins (1976) phổ biến, ông đi đến lập luận rằng mọi động vật kể cả con người đơn thuần là những vật mang "gien ích kỷ" của mình, vì thế kiềm chế hành động theo cách tối đa hóa sự tồn tại của gien. Vì thế, chẳng hạn đối với động vật họ hàng bảo vệ họ hàng mình và xem thường các động vật khác rất có ý nghĩa, vì điều này có nghĩa rằng gien mà chúng có chung giống với họ hàng có nhiều khả năng kéo dài dai dẳng hơn. Dawkins đi đến lập luận rằng những đặc điểm như tính bài ngoại (thái độ thù địch đối với người lạ) bố mẹ nuôi ngược đãi con cái và dùng ngôn ngữ để lừa dối hầu như không thể tránh khỏi vì chúng là một phần trong di sản sinh học kế thừa ở con người.

Chỉ trích sinh học xã hội

Có rất nhiều chỉ trích về tiếp cận sinh học xã hội. Một thảo luận toàn diện gồm những chỉ trích này được Rose, Kamin và Lewontin đưa ra năm 1984, cho rằng sinh học xã hội là một lý thuyết hoàn toàn nêu ra cách thể hiện khác của thuyết quyết định di truyền áp dụng vào hành vi ở người, với khái niệm mới chọn lọc họ hàng thậm chí làm cho thuyết cực đoan hơn. Họ cho rằng, giống như các thuyết quyết định di truyền khác của Lorenz, Morris và Ardrey, lập trường **giản hóa luận** của sinh học xã hội có nghĩa là nó xem nhẹ các mức độ giải thích khác - xã hội, văn hóa, nhận thức, v.v...- vốn cũng rất quan trọng trong việc ảnh hưởng đến hành vi con người.

Hayes (1995) đề cập sự mô tả "gien" của các nhà sinh học xã hội, nhất là Dawkins, ít có mối quan hệ với "gien" do các nhà di truyền học nghiên cứu. Các nhà sinh học xã hội sử dụng thuật ngữ "gien" để ám chỉ "một đơn vị chọn lọc tự nhiên" (Dawkins, 1976), nhưng họ không cố gắng giải thích gien này liên kết với một mẫu vật chất nhiễm sắc thể khởi sự sự tổng hợp chất đạm trong tế bào ra sao. Hayes cho rằng sử dụng từ của nhà sinh học xã hội theo cách này rất lẩn quẩn và sai lầm. Các nhà sinh học xã hội xuất phát từ tiền đề hành vi do gien tạo ra và cố giải thích một hình thức hành vi bất kỳ là do tác động của gien, có nghĩa rằng khái niệm gien được sử dụng như một khái niệm huyền bí không giải thích được điều gì trong thực tế.

Gould (1981) chỉ trích phương pháp luận của các nhà sinh học xã hội và đặc biệt là họ nhấn mạnh đến việc tìm kiếm lời giải thích tiến hóa cá thể để giải thích những trường hợp đặc trưng của hành vi động vật. Theo Gould, đúng ra là không cố gắng phát triển những lịch sử cá thể (tự biện) đối với mỗi loại hành vi, điều quan trọng hơn là phải tìm hiểu những nguyên tắc và cơ chế nền tảng có thể giải thích toàn bộ dải hành vi được thể hiện ở động vật và con người. Giải thích các mẫu hành vi ở cá thể theo nghĩa di truyền không giải thích được cách xuất hiện những hành vi thay thế có thể ra sao.

Cũng như với những lý thuyết khác như thế, sinh học xã hội cố mô tả hành vi động vật như sự tuân thủ các quy tắc rõ ràng, logic và hiển nhiên là đơn giản. Để làm được như thế, sinh học xã hội hầu như tác động hoàn toàn đến những trường hợp xác nhận: phải dùng minh họa hành vi động vật ủng hộ cho quan điểm và bỏ qua những hành vi nào không ủng hộ. Nhưng như chúng ta đã biết, hành vi động vật rất đa dạng và phức tạp. Có nhiều trường hợp hành vi động vật có vẻ rất phù hợp với nguyên tắc sinh học xã hội – chẳng hạn như xã hội loài kiến của Wilson – và trong khía cạnh ấy, một số khả năng hiểu biết của lý thuyết sinh học xã hội đều bổ ích.

Nhưng cũng có nhiều trường hợp hành vi động vật không phù hợp với lý thuyết. Chẳng hạn, Packer và Pusey (1982) cho thấy sư tử Tanzania thường hình thành liên minh bao gồm nhiều thành viên không có quan hệ họ hàng với nhau cùng nhau hợp tác trong hành vi săn thú. Faaborg và Patterson (1981) mô tả các nhóm diều hâu trống Galapagos có chung một bạn tình, mỗi con thường có lần giao phối ngang nhau. Cũng có những minh họa cá thể không có quan hệ họ hàng giúp nhau nuôi con, chẳng hạn trong các bầy dàn cầy măng. Gút với chim đà điểu, và trong một số trường hợp "các bà dì" khi đầu chó (chẳng hạn xem Rowell, 1972).

Những minh họa này không thể giải thích hoàn toàn trong khung sinh học xã hội. Các nhà sinh học xã hội thường gạt bỏ những minh họa này cho rằng đây là "ngoại lệ", nhưng điều này thực sự không phù hợp. Nếu nói chung muốn phát triển, chúng không thể là những ngoại lệ đối với hoạt động tiến hóa. Tuy nhiên, chúng ta vẫn chưa vẽ được sơ đồ tổ chức xã hội của mọi chủng loài nhưng biết rằng hành vi động vật phức tạp hơn các nhà sinh học xã hội thường nghĩ rất nhiều. Một lý thuyết không thể tính đến các hình thức hành vi thay thế ở động vật, không thể xem là thích hợp khi đưa ra lời giải thích với sự hiểu biết của chúng ta về hành vi động vật trong thời điểm hiện nay.

ĐỒNG TIẾN HÓA

Sinh học xã hội không chỉ là cách duy nhất tìm hiểu sự tiến hóa. Lập luận sinh học xã hội tự nó đã nêu rõ, bỏ qua ảnh hưởng của bối cảnh xã hội và môi trường của động vật. Nhưng, như chúng ta đã biết, môi trường có thể tạo ra tất cả sự khác biệt đối với hành vi xã hội chẳng hạn như tương tác thống trị. Ngày càng có nhiều chứng cứ cho thấy động vật tương tác và định hình môi trường của mình cũng như hoàn toàn thích nghi với môi trường. Trevor (1992) ghi chép số voi ở công viên quốc gia Tsavo, ở Kenya, tác động và sửa đổi môi trường của mình trong thời gian 30 năm đến mức những người quản lý công viên hoàn toàn không ngờ đến. Ngày càng có nhiều nhà nghiên cứu tìm kiếm minh họa của **sự đồng tiến hóa** – chủng loài khác nhau cùng phát triển vì lợi ích hỗ tương lẫn nhau. Giải thích các tác động tiến hóa tạo ra hành vi động vật cần tính đến loại tương tác này với môi trường cũng như sự thích nghi theo quy ước nhiều hơn.

Hinde (1987) cho rằng có thể hữu ích đối với các nhà tập tính học khi phân tích hành vi động vật dưới dạng mối quan hệ hơn là những trường hợp cụ thể của sự tương tác hành vi. Thảo luận của ông chứng minh một số giải thích hành vi động vật có nhiều tư liệu minh họa chẳng hạn như nghi thức tìm hiểu có thể được xem một cách hữu dụng như **sự đàm phán** hơn là quá trình "kích thích với phản ứng trở thành kích thích" máy móc đang phổ biến. Bateson (1973) đề cập hành vi giao tiếp ở cả loài sói lẫn động vật biển có vú có ý nghĩa nhiều hơn khi chúng được xem là sự biểu hiện mối quan hệ cơ bản hơn là sự tương tác đơn giản.

Não và sự thích nghi hành vi

Cách tìm hiểu khác về sự tương tác giữa tiến hóa và hành vi khác là phải nghiên cứu vai trò tập quen. Trong Chương 22, chúng ta đã biết chính ảnh hưởng di truyền tạo ra tính sẵn sàng phản ứng với một số loại kích thích và tham gia một số loại tập quen hơn là mang tính cố định và không thể thay đổi. Chúng ta cũng biết động vật có thể tập quen ở trong vị thế thích nghi với những thay đổi của môi trường hay tình huống trong suốt quãng đời của chính mình. Ngụ ý của điều này đối với sự hiểu biết của chúng ta về hành vi ở người rất quan trọng.

Đặc điểm đặc biệt thực sự của con người là vỏ não phát triển. Như chúng ta chứng kiến trong Chương 10, đây là phần não liên quan đến tập quen, liên tưởng và hiểu dữ liệu nhận cảm. Khả năng tập quen của con người giúp chúng ta thích nghi với các môi trường khác nhau, sao cho con người có thể sống trong rất nhiều môi trường sống đa dạng. Vấn đề này có lẽ là tố chất sinh học – chẳng hạn, hầu hết mọi người dường như phản ứng tích cực khi tiếp xúc với môi trường tự nhiên và phát triển vấn đề – nhưng loại tính sẵn sàng này không phải là mẫu hành vi kế thừa cố định. Cũng như với những tố chất ở trẻ, chúng ta đã xét đến trong Chương 20, chúng được sửa đổi và phát triển thông qua sự tiếp xúc với xã hội và văn hóa.

Hubel (1979) cho rằng có thể xem diễn tiến tiến hóa trong khả năng tập quen, được phản ánh trong sự phát triển não tăng dần ở loài khỉ, kể cả con người. Khả năng tập quen những hình thức hành vi mới tạo cho chủng loài có khả năng tồn tại trong những môi trường khác nhau hay phải thay đổi hành vi của mình nếu môi trường thay đổi đột ngột. Trong mô hình như thế, hành vi do di truyền quyết định ít có khả năng xảy ra ở chủng loài có khả năng tập quen cao, nhưng có nhiều khả năng xảy ra ở các chủng loài khác, "thấp hơn" trong một "thang hình thành chủng loài" như thế (Hayes, 1995).

Theo mô hình này, nói chung chúng ta không nghĩ con người sẽ thể hiện các mẫu hành động cố định trừ phi đó là sự sống còn rất cơ bản chẳng hạn như tránh đau. Nhưng tính sẵn sàng tập quen, học hỏi từ người khác để đáp ứng yêu cầu xã hội, để phù hợp với những mong đợi, để tìm hiểu thế giới xã hội, v.v... dễ dàng trở thành minh họa phương pháp trong đó hành vi ở người do áp lực thích nghi tiến hóa định hình. Giải thích như thế hướng đến việc giải thích tính đa dạng khổng lồ trong hành vi ở người – cũng như tính đa dạng trong hành vi và tổ chức xã hội của các loài linh trưởng khác.

Các mức độ giải thích

Như chúng ta nhận thấy, có nhiều vấn đề vốn có khi áp dụng quan điểm so sánh vào sự tìm hiểu hành vi ở người. Hinde (1987) nhận dạng 4 vấn đề có thể gây khó khăn cho những ai muốn khái quát hóa từ những nhận xét tập tính học thành hành vi xã hội ở người, vấn đề được liệt kê trong Bảng 23.4. Như chúng ta đã biết, trong suốt quyển sách này, hành vi ở người có thể giải thích theo nhiều mức độ từ văn hóa, xã hội, cá thể và riêng tư cho đến sinh lý và sinh học. Chọn một **mức độ giải thích** bất kỳ làm lời giải thích duy

Bảng 23.4 Vấn đề khái quát hóa từ động vật đến con người

Có 4 vấn đề chính trong việc khái quát hóa từ quan sát tập tính động vật thành hành vi ở người:

1. Sự khác nhau trong khả năng nhận thức giữa người và động vật.
2. Khả năng của con người trong ngôn ngữ và văn hóa.
3. Tính đa dạng của cả chủng loài động vật lẫn hành vi ở người.
4. Vấn đề chọn mức độ phân tích thích hợp khi rút ra kết luận.

Nguồn: Phỏng theo Hinde, 1987

nhất là bỏ qua tài sản chứng cứ phong phú ở các nguồn khác. Rose (1983) cho rằng nếu chúng ta muốn tìm hiểu hành vi ở người thì cần nghiên cứu nhiều mức độ, tránh rơi vào chiếc bẫy giản hóa luận chỉ tập trung vào một và loại trừ tất cả mức độ khác.

Hinde (1987) cho rằng trong khi điều quan trọng là phải bao gồm quan điểm sinh học (một trong nhiều quan điểm) trong nỗ lực giải thích hành vi ở người, điều quan trọng không kém là nên thật thận trọng trong việc ngoại suy từ hành vi động vật thành hành vi ở người. Sự tương tự không phải là sự đồng nhất – chỉ vì hai hành vi bề ngoài có vẻ giống nhau nhưng không có nghĩa là chúng mô tả cùng vấn đề như nhau.

Nếu chúng ta đặt khái niệm **sự thích nghi** vào tình huống cho đến kết luận logic thì cũng có thể cho rằng vì con người sửa đổi môi trường của mình cho phù hợp, thì không còn cơ chế nào qua đó chọn lọc tự nhiên tác động đến con người nữa – thậm chí những thành viên yếu kém hơn trong chủng loài người đều có khả năng tồn tại trong thế giới hiện đại, và mức độ thay đổi xã hội và môi trường nhanh chóng có nghĩa rằng áp lực đối với việc chọn lọc bạn tình không còn nhất quán qua các thế hệ để sự thay đổi có hệ thống diễn ra. Với điều kiện chúng ta ghi nhớ áp lực của tính đa dạng, khả năng tập quen và khả năng quan hệ vốn có trong chủng loài động vật cũng như tầm quan trọng của sự tương tác với môi trường thì chúng ta tìm kiếm lời giải thích tiến hóa sau cùng có khả năng hòa hợp với tính chất hoàn toàn phong phú trong hành vi động vật lẫn ở người.

Từ khóa

Con đực alpha: Thành viên đực trong bầy khỉ đầu chó có vẻ "thống trị" và có địa vị xã hội cao hơn số con đực khác.

Con đực beta: Con đực trong bầy khỉ đầu chó có địa vị thấp, có vẻ "tuân phục" số con đực khác.

Sự mất cân đối tương quan: Đặc điểm liên kết một động vật với hành vi của nó và cùng biểu thị mức độ thành công của động vật ấy khi tham chiến – như tiếng rống của nai đực và vóc dáng, sức mạnh cơ bắp của nai.

Nghi thức tìm hiểu: Mẫu hành vi phối hợp do từ hai động vật trở lên thực hiện trước khi giao phối.

Hệ thống thứ bậc thống trị: Hình thức tổ chức xã hội trong đó mỗi động vật được xếp hạng và sẽ hành động gây hấn đối với động vật ở hạng thấp hơn mình và tuân phục động vật ở hạng cao hơn mình.

Phạm vi quen thuộc: Khu vực trong đó động vật thường tìm được thức ăn.

Sự thích hợp bao gồm: Nguyên tắc sinh học xã hội cho rằng một hành động có lợi về di truyền cho dù dẫn đến cái chết của cá thể miễn là cái chết ấy đảm bảo sự sống còn của họ hàng mang cùng gien.

Vùng làm tổ: Những vùng nhỏ nằm trong vùng lớn hơn.

Sự thích hợp sinh sản: Hình thức thích nghi tiến hóa làm cho một cá thể nhất định có nhiều khả năng giao phối và sinh sản hơn.

Khả năng nắm giữ tài nguyên (RHP): Khả năng động vật đảm nhận bất cứ thứ gì theo yêu cầu để giữ được tài nguyên tiến hóa cần thiết chẳng hạn như vùng hay cách tiếp cận bạn tình.

Sinh học xã hội: Tiếp cận giản hóa luận trong giải thích hành vi động vật đôi lúc áp dụng cho người, cho rằng mọi hành vi được định hướng bằng các đơn vị sống còn gọi là "gien" (không giống như khái niệm sinh học) và cá thể cùng chủng loài hoàn toàn là những cơ chế qua đó những "gien" này có thể kéo dài dai dẳng.

Tính vùng: Tên đặt cho một tập hợp hành vi bao gồm việc hình thành và duy trì sự tiếp cận đến một khu vực cụ thể trong khi không cho đối thủ tiềm năng thuộc cùng chủng loài có hành động như thế.

Tóm tắt

1. Giải thích nghi thức tìm hiểu bao gồm tìm hiểu như sự đảm bảo ghép đôi thích hợp, như sự cho phép cá thể sống còn, như sự thể hiện sự thích hợp của cá thể, như sự cải thiện chủng loài, và như củng cố sự ràng buộc đôi. Có thể tìm thấy minh họa sự tìm hiểu ở động vật thích hợp với mỗi giải thích này.
2. Hệ thống thứ bậc thống trị, hay thứ tự mổ hạt ban đầu được nghĩ là thiết kế tổ chức xã hội của mọi động vật trên cơ sở nhóm. Nghiên cứu gần đây hơn cho thấy thứ tự mổ hạt trực tuyến so với người ta thường nghĩ trước đây kém phổ biến hơn nhiều.
3. Nghiên cứu tổ chức xã hội ở loài linh trưởng cho thấy hành vi thống trị có thể liên kết mật thiết với yêu cầu môi trường. Phép ẩn dụ và giả định xã hội đều ảnh hưởng, đôi khi làm méo mó, nghiên cứu tổ chức xã hội và tính vùng.
4. Có nhiều loại tính vùng khác nhau bao gồm vùng làm tổ và vùng trong các bầy đàn đông hơn. Hầu hết chủng loài dường như đều có tính vùng theo mùa (động dục). Thể hiện tính vùng đi kèm với sự tìm hiểu và bao gồm sự thể hiện vũ khí tự nhiên nghi thức hóa.
5. Nghiên cứu tính vùng bao gồm khái niệm vùng đi kèm với tài nguyên thiên nhiên và mô hình lý thuyết trò chơi hành vi tính vùng. Khả năng có thể khác là phải xem tính vùng như sự thể hiện khả năng nắm giữ tài nguyên của động vật.
6. Lorenz hiểu sự gây hấn ở động vật như sự biểu thị xu thế bẩm sinh, được định hướng thành thể hiện nghi thức hóa. Điều này khiến cho mọi người bỏ qua tầm quan trọng của sự hòa giải trong cố kết xã hội ở cả động vật lẫn con người.
7. Lý thuyết quá trình tiến hóa bao gồm quan điểm cho rằng: chọn lọc tự nhiên tác động đến nhóm cũng như cá thể, sinh học xã hội nhấn mạnh gien là đơn vị chọn lọc tự nhiên, và sự đồng tiến hóa nhấn mạnh sự tương tác của các chủng loài khác nhau với nhau và môi trường của chúng.
8. Tiếp cận gần đây đối với thuyết tiến hóa nhấn mạnh sự kết hợp gien, tập quen vào môi trường trong việc tạo ra tính đa dạng hành vi. Mô hình nghiên cứu hành vi động vật dưới dạng các mức độ giải thích có vẻ hiệu quả hơn giải thích giản hóa luận.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả các loại hành vi thống trị khác nhau ở loài linh trưởng.
2. Hãy phác họa những hình thức tính vùng chính.
3. Cơ chế cơ bản của sinh học xã hội là cơ chế gì?

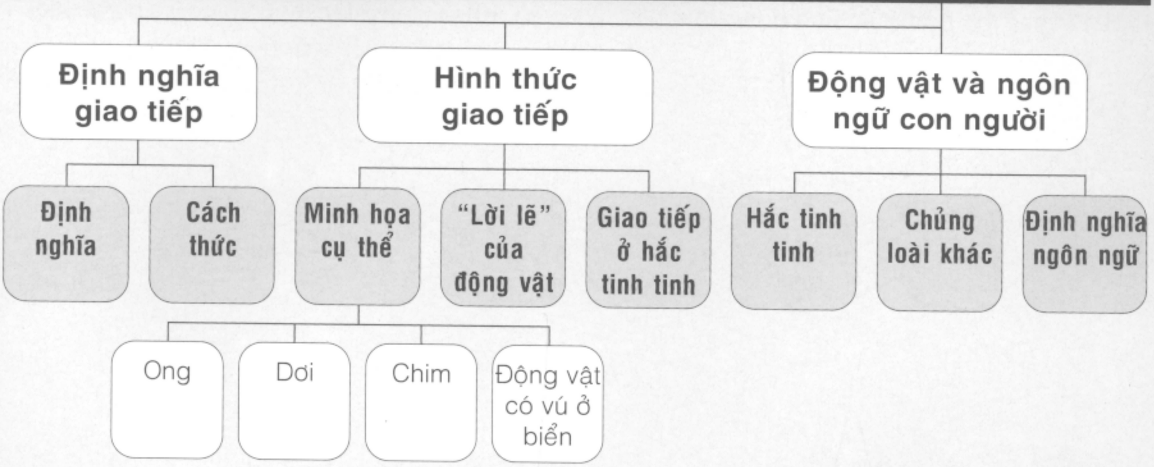
Câu hỏi thảo luận

1. Nghiên cứu sự hòa giải cho chúng ta biết điều gì về tâm lý học động vật?
2. Hãy mô tả, cho ví dụ cụ thể các thuyết tìm hiểu chính.
3. Khái niệm tiến hóa thích hợp ra sao khi giải thích hành vi ở động vật và con người?

chương

24

Giao tiếp ở động vật


Định nghĩa giao tiếp
Hình thức giao tiếp
Động vật và ngôn ngữ con người
Định nghĩa
Cách thức
Minh họa cụ thể
"Lời lẽ" của động vật
Giao tiếp ở hắc tinh tinh
Hắc tinh tinh
Chủng loài khác
Định nghĩa ngôn ngữ
Ong
Dơi
Chim
Động vật có vú ở biển

Đối tượng nghiên cứu

24.1. Hình thức giao tiếp

a. Phác họa đặc điểm chính của giao tiếp

b. Mô tả các hình thức giao tiếp khác nhau

c. So sánh các hình thức giao tiếp khác nhau

24.2. Giao tiếp ở ong mật

a. Phác họa quá trình giao tiếp ở ong

b. Mô tả nghiên cứu sự giao tiếp ở ong

c. Nhận dạng các khía cạnh mật mã giao tiếp ở ong

24.3. Ếch và dơi

a. Mô tả nghiên cứu giao tiếp ở ếch hay dơi

b. Nhận dạng quá trình giao tiếp/ địa điểm có mồi ở ếch hay dơi

c. Phác họa đặc điểm thích nghi và không thích nghi trong hành vi của ếch và dơi

24.4. Tiếng chim hót

a. Phác họa những chức năng chính của tiếng chim hót

b. Mô tả đặc điểm tiếng chim hót và sự phát triển

c. Liệt kê những điều tương đương giữa tiếng chim hót và ngôn ngữ

24.5. Cá voi và cá heo

a. Mô tả sự xướng âm của cá voi và cá heo

b. Nhận dạng những chức năng biểu kiến trong tiếng kêu của cá voi và cá heo

c. Mô tả nghiên cứu sự truyền đạt ở cá voi hay cá heo

24.6. "Lời lẽ" tự nhiên

a. Mô tả nghiên cứu "lời lẽ" của động vật

b. Phác họa thuyết phân loại tự nhiên của Marler

c. Liệt kê các loại giao tiếp khác nhau ở hắc tinh tinh

24.7. Nghiên cứu ngôn ngữ động vật

a. Phác họa những phương pháp khác nhau trong việc dạy ngôn ngữ cho động vật

b. Mô tả nghiên cứu liên quan đến việc dạy động vật ngôn ngữ

c. Liệt kê những chứng cứ quan trọng trong nghiên cứu ngôn ngữ động vật

24.8. Dạy ngôn ngữ cho động vật

a. Phác họa những lập luận chính trong tranh luận về ngôn ngữ động vật

b. Áp dụng đặc điểm thiết kế tìm chứng cứ từ các nghiên cứu ngôn ngữ động vật của Hockett

Khi nói về giao tiếp ở động vật, chúng ta thường ám chỉ điều gì? Một số khía cạnh giao tiếp rất dễ thấy: động vật làm một điều gì đó – chẳng hạn phát ra tiếng động – động vật khác hưởng ứng. Nhưng đôi khi điều này không rõ ràng như thế. Chúng ta có thể giao tiếp một cách vô tình, động vật khác cũng thế. Chẳng hạn, chim hót có thể thông báo với số chim lân cận về sự xuất hiện của một động vật ăn thịt. Cho dù điều này không phải là chức năng của tiếng chim hót nhưng dù sao thông điệp cũng đang truyền đi.

ĐỊNH NGHĨA GIAO TIẾP

Có nhiều quan điểm về giao tiếp, vì thế cũng có nhiều cách định nghĩa. Slater (1983) định nghĩa giao tiếp là: *"Sự truyền tín hiệu từ động vật này cho động vật khác sao cho động vật phát tín hiệu hưởng lợi từ phản ứng của động vật nhận"* (Slater, 1983: 10). Lưu ý nhóm từ "tính toán" trong định nghĩa này. Theo nghĩa tiến hóa, định nghĩa của Slater cho rằng sự giao tiếp phát triển vì nó làm cho động vật phát **tín hiệu hưởng lợi**. Tuy nhiên đồng thời, định nghĩa công nhận rằng có một số trường hợp cũng như với minh họa tiếng chim hót ở trên, có khi không đúng như thế.

Krebs và Davies (1978) cho rằng lý do giải thích sự giao tiếp làm lợi cho động vật phát là vì giúp cho động vật phát **khai thác** hành vi của động vật nhận. Quan điểm sinh học xã hội này cho rằng lý do giải thích sự giao tiếp phát triển là do bằng cách tạo ra sự khai thác như thế, động vật sẽ trao lợi thế tiến hóa cho động vật phát. Chẳng hạn, tiếng khóc của bé mang giá trị vì làm cho bố mẹ phải hành động.

Một số nhà sinh học xã hội (mặc dù không phải là tất cả) xuất phát từ điểm này để nhấn mạnh khả năng sự truyền đạt tạo ra **sự đánh lừa.** Dawkins và Krebs (1978) cho rằng một cách thức giao tiếp bất kỳ tạo ra cơ hội đánh lừa, và đi đến lập luận rằng vì thế, vì sự đánh lừa tạo ra lợi thế trực tiếp đối với động vật bằng cách cho phép động vật khai thác hành vi của động vật khác, ít nhiều phải có trong sự giao tiếp ở động vật.

Tuy nhiên một quan điểm thứ ba về giao tiếp được Marler (1984) đưa ra, cho rằng cả động vật phát lẫn động vật nhận đều hưởng lợi ở mức độ nào đó từ một hành động giao tiếp. Theo quan điểm này, yếu tố chính của sự giao tiếp là **tính tương hỗ** – cả động vật phát lẫn động vật nhận đều tham gia trong sự việc đang diễn ra. Nếu một con chim phát ra âm thanh nhưng các chim khác không nghe được thì rõ ràng đây không phải là giao tiếp. Bản chất của sự giao tiếp là cả hai động vật đều tham gia vào quá trình.

Trong khi một số nhà sinh học xã hội nhấn mạnh sự giao tiếp thường tạo khả năng đánh lừa và nói dối thì Marler cho rằng điều này không hẳn như thế. Nếu cơ chế giao tiếp chắc chắn được khai thác vì chúng tạo ra khả năng đánh lừa theo suy nghĩ của những nhà sinh học xã hội này thì chúng sẽ không còn một lợi thế chức năng bất kỳ nào nữa. Do đó, động vật không chắc tiến hóa hơn nữa. Marler nêu rõ, bằng sự cần thiết, sự đánh lừa bao gồm sự phá vỡ quy luật – nhưng chính thực tế này ngụ ý rằng hầu hết sự giao tiếp phải tuân thủ những quy luật ấy trên thực tế. Nếu không, quy luật sẽ không tồn tại. Vì thế sự đánh lừa, bằng chính tính chất của chúng và do tính chất của cơ chế tiến hóa phải trở thành ngoại lệ.

CÁCH THỨC GIAO TIẾP

Ở mức độ tối thiểu, sự giao tiếp bao gồm sự truyền thông tin từ động vật phát đến động vật nhận. Nhưng có nhiều cách khác nhau để truyền thông tin, bao gồm nhiều cách thức nhận cảm khác nhau. Trong Chương 12, chúng ta tìm hiểu một số cách thức nhận cảm chính do con người sử dụng. Động vật cũng sử dụng những mô hình này, nhưng ngoài ra động vật còn những loại giác quan khác, theo chúng ta biết, ở con người không hề có.

Giao tiếp thị giác

Như con người, động vật giao tiếp bằng cách sử dụng **tín hiệu thị giác**. Trong Chương 15, chúng ta đã biết con người giao tiếp không bằng lời bằng cách sử dụng tín hiệu thị giác ra sao, và một số trong những dấu hiệu này, chẳng hạn như thể hiện qua nét mặt biểu thị cảm xúc mạnh, đều có liên hệ trực tiếp với quá khứ tiến hóa của chúng ta. Một số giao tiếp ở động vật cũng bao gồm tín hiệu thị giác truyền từ động vật này sang động vật khác. Thể hiện tìm hiểu mà chúng ta xét đến trong Chương 23 là sự thể hiện gây hấn bao gồm một động vật tự làm cho mình trông có vẻ đáng gờm càng nhiều càng tốt trước một kẻ xâm nhập hay kình địch. Màu sắc cũng có thể là sự giao tiếp, như chúng ta đã chứng kiến bụng màu đỏ của cá gai, và hình dạng của động vật cũng thế.

Giao tiếp khứu giác

Giao tiếp cũng có thể bằng **khứu giác** – nói cách khác, động vật có thể giao tiếp bằng cách ngửi. Nhiều động vật có vú tiến hành đánh dấu mùi, hoặc báo hiệu ranh giới vùng của chúng như mèo hay để biểu thị rằng động vật đang có mặt trong một khu vực cụ thể. Chẳng hạn như chó có vẻ đánh dấu mùi bằng nước tiểu khi ra khỏi vùng của mình nhiều hơn là lúc trong vùng. Đây là thông điệp cho biết trong khu vực này có chó, điều này tác dụng như một dấu hiệu báo cho các chó khác biết. Như chúng ta chứng kiến trong Chương 22, khứu giác cũng là một cơ chế quan trọng, cừu nhận biết cừu con trong vài tiếng sau khi sinh. Theo nghĩa này (mặc dù điều này có phần nào phát triển khái niệm giao tiếp), cừu đang thông báo sự có mặt của mình với cừu mẹ bằng mùi của mình.

Pheromone

Năm 1959, Karlson và Lüscher nhận dạng sự hiện diện của các chất dễ bay hơi do động vật tạo ra và chuyển tải thông tin đến các động vật khác trong cùng chủng loài. Loại thông tin được chuyển tải qua các chất này được họ gọi là **pheromone** có vẻ thuộc về sinh lý do pheromone ảnh hưởng cụ thể đến hệ thống nội tiết tố của động vật tiếp nhận chúng. Chúng cũng có vẻ được tiếp nhận thông qua và liên kết mật thiết với các thụ quan khứu giác.

Wilson và Bossert (1963) nhận dạng hai loại pheromone: **pheromone mồi** tạo ra phản ứng dài hạn chẳng hạn như làm tăng tốc thời kỳ dậy thì ở động vật tiếp nhận và **pheromone phóng thích** (đôi khi được gọi là pheromone báo hiệu), tạo ra sự thay đổi trực tiếp trong hành vi ở động vật tiếp nhận. Những thay đổi này thường liên quan đến hành vi tình dục: Melrose, Reed và Patterson (1971) cho thấy nếu lợn nái trong mùa động dục tiếp nhận pheromone phóng thích đặc trưng, ngay lập tức lợn sẽ đứng yên cong lưng lên sẵn sàng giao phối. Sự thụ tinh nhân tạo số động vật nông trại bao gồm việc sử dụng phổ biến pheromone loại này.

Sau khi được phát hiện, pheromone diễn ra phổ biến trong thế giới động vật. Chúng có tác dụng nhiều mặt theo nghĩa đen. Chẳng hạn, một chủng loài mối tạo ra một pheromone khi đến thời điểm giao phối có thể được số mối khác phát hiện cách xa một vài dặm. Van Toller và Dodd (1988) cho rằng con người cũng bị ảnh hưởng bởi pheromone. Như bạn có thể hình dung, đây là vấn đề gây nhiều tranh luận, nhất là theo quan điểm sử dụng pheromone hấp dẫn của các nhà sản xuất nước hoa.

Giao tiếp xúc giác

Giao tiếp cũng có thể bằng **xúc giác** – tùy theo giác quan cảm giác. Chẳng hạn, trong một chủng loài nhện, con đực đến gần con cái từ phía sau, khều nhẹ con cái điều này thông báo với con cái rằng phải giao phối chứ không phải ăn vốn là trật tự trong ngày. Một loại nhện vườn khác rung màng nhện của con cái theo nhịp điệu trước khi đến gần con cái giao phối. Điều này thêm một lần nữa truyền đạt thông tin giao phối với con cái sao cho con cái chấp nhận làm tình và tha thứ cho cách tiếp cận của con đực nhưng không ăn thịt con đực. Mặc dù chuyện sau đó là vấn đề khác! Nhện đực thuộc chủng loài này phải nhanh chóng biến đi nếu không trở thành bữa ăn kế tiếp của nhện cái.

Giao tiếp thính giác

Bright (1984) cho rằng hầu hết giao tiếp ở động vật thật ra bằng phương tiện **âm thanh.** Lý do giải thích điều này là âm thanh tạo ra nhiều lợi thế so với các hệ thống giao tiếp khác. Một thông điệp truyền đi bằng âm thanh có thể thay đổi nhanh chóng như tín hiệu thị giác, và tín hiệu không lưu lại lâu một khi được phát ra như mùi. Không như tín hiệu thị giác, thông điệp âm thanh lan truyền mọi nơi hay xuyên qua bụi cỏ rậm. Âm thanh có thể dùng để giao tiếp trong đêm, cũng như lan đến một khu vực rộng lớn sao cho động vật có thể khẳng định sự có mặt của mình không cần phải đến gần nhau.

Morton (1975) tiến hành nghiên cứu so sánh các môi trường sống khác nhau theo cách truyền các loại âm thanh khác nhau. Bằng cách so sánh môi trường rừng, bìa rừng và đồng cỏ, Morton nhận thấy chúng có những thuộc tính âm hưởng học khác nhau. Ngoài ra, khi tiếng gọi của động vật sống trong những môi trường này được ghi âm thì rõ ràng sự giao tiếp của chúng "được điều chỉnh thích hợp" với thuộc tính âm hưởng học của môi trường – động vật trong các môi trường sống khác nhau tạo ra các loại âm thanh khác nhau.

Chỉ một dải âm thanh tương đối hẹp lan truyền tốt trong môi trường rừng rậm – âm thanh từ 1585 đến 2500Hz – những âm thanh này chỉ truyền đi khi được phát ra cách phía dưới tán rừng ít nhất 5 bộ. Âm thanh được tạo ra ở tán rừng biến mất nhanh chóng. Morton nhận thấy số chim sống trong rừng (trái với số chim sống trên các tàn cây cao) thường tạo ra tiếng gọi với tần số trung bình 2200Hz – nói cách khác, tiếng gọi lan truyền khắp môi trường sống. Động vật cũng thay đổi âm sắc trong dải tối ưu giúp tiếng gọi của chúng lan xa hơn.

Ở đồng cỏ, truyền âm lại khác. Vì một lẽ, không giống như rừng, âm thanh chịu tác động của gió và nhiệt độ. Mặc dù một điểm giống với rừng là âm thanh phát ra gần mặt đất nhanh chóng bị tan biến: nếu muốn truyền âm đi xa, cần phải phát âm cách mặt đất ít nhất 10 bộ. Giống như các nhà nghiên cứu khác, Morton nhận thấy nhiều (mặc dù không phải là tất cả) các loại chim đồng cỏ trong khi đang bay đều hót. Điều này khác với chim sống trong rừng, thường hót khi đậu trên cành cây. Thật thú vị, trong nghiên cứu của Morton, chủng loài chim sống ở bìa rừng được phân chia ngang bằng nhau giữa số chim có tiếng hót phù hợp với môi trường rừng và môi trường đồng cỏ.

Điều này ngụ ý giao tiếp và môi trường sống liên kết mật thiết với nhau. Cũng như các khía cạnh khác trong hành vi động vật mà chúng ta khảo sát trong hai chương trước, giữa các chủng loài khác nhau đều khác nhau trong cách giao tiếp. Nhưng sự đa dạng này không phải là ngẫu nhiên. Để tìm hiểu, chúng ta cần nghiên cứu hành vi trong bối cảnh đặc điểm và yêu cầu của môi trường động vật đang sống.

HÌNH THỨC GIAO TIẾP Ở ĐỘNG VẬT

Có khả năng tiếp nhận và phát thông tin sử dụng một cách thức nhận cảm cụ thể là một phần trong nghiên cứu giao tiếp. Nhưng cũng đáng giá khi khảo sát nghiên cứu sự giao tiếp ở chủng loài động vật cụ thể. Một số nghiên cứu được các nhà tập tính học và tâm lý học so sánh tiến hành cho thấy hệ thống giao tiếp ở động vật rất phức tạp và không ngờ đến.

GIAO TIẾP Ở LOÀI ONG MẬT

Ong mật sống thành từng đàn gồm ba đẳng cấp: ong chúa, ong thợ và ong đực. Đa số ong trong một tổ ong bất kỳ đều là ong thợ. Đây là số ong cái không thể sinh sản, đảm nhiệm hoạt động thường ngày của đàn ong. Mỗi đàn đều có ong chúa nằm ngay giữa tổ đẻ trứng. Ong đực được nở trong tổ ong nhưng rời tổ để đi theo ong chúa mới nở và giao phối với ong chúa này, hầu như diễn ra ngay sau khi ong chúa mới nở, sau đó ong chúa mới trở về tổ ong ban đầu để tập hợp đủ số ong thợ lập ra một đàn ong mới, sau đó cả đàn bỏ đi tìm nơi ở mới và lập ra tổ ong mới.

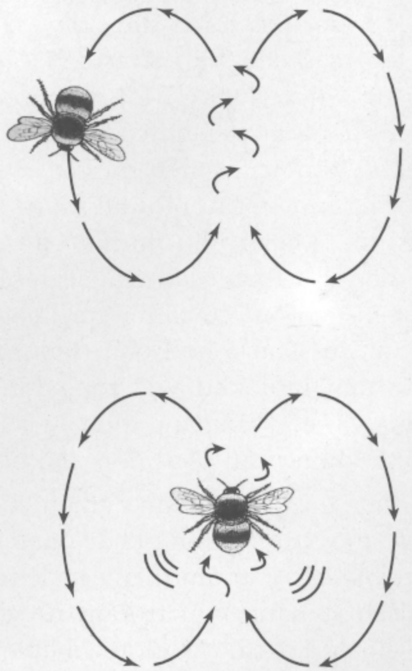
Trong khi vẫn duy trì tổ, số ong thợ thu thập mật hoa mang ngược trở về để biến thành mật. Ong thợ tìm thức ăn ở khá xa, nếu tìm thấy một nguồn thức ăn phong phú, sẽ bay về tổ chiêu mộ số ong khác đi hút mật hoa. Để làm như thế, ong cần thông báo địa điểm nguồn thức ăn cho các ong khác biết, sử dụng một mật mã thị giác trên cơ sở chuyển động. Khi từ nguồn thức ăn trở về, ong thực hiện một điệu vũ trong tổ thông báo với số ong khác thức ăn đang nằm ở đâu.

Vũ điệu của loài ong

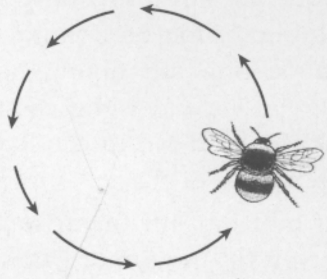
Năm 1950, von Frisch công bố quyển sách mô tả một loạt nghiên cứu giải mã ngôn ngữ của loài ong. Von Frisch cùng đồng nghiệp phân tích hơn 6000 vũ điệu của loài ong, tương ứng với địa điểm các nguồn thức ăn khác nhau. Họ nhận thấy các yếu tố khác nhau trong điệu vũ này chuyển tải nhiều mẫu thông tin khác nhau. Chẳng hạn, nếu thức ăn cách đây không đầy 100m, số ong trở lại di chuyển theo hình vòng tròn, thay đổi hướng theo chu kỳ, điều này cho biết không có địa điểm cụ thể nhưng ong thợ hiểu điệu vũ này sẽ rời tổ, bay vòng vòng ở khu vực xung quanh cho đến khi tìm thấy nguồn thức ăn.

Nếu thức ăn xa hơn 100 m, số ong trở về thực hiện "vũ điệu vẫy đuôi", thay vì vũ điệu tròn vòng. Một yếu tố trong vũ điệu này là ong chuyển động theo hình số 8, vẫy bụng từ 3 đến 15 lần trong một giây trong khi bay thẳng ở giữa. Góc bay giữa báo với số ong khác về hướng tìm thấy thức ăn (Hình 24.1).

Hình 24.1 Vũ điệu của loài ong



Thức ăn cách đây hơn 100m



Thức ăn cách đây chưa đến 100 m

Ong đang múa báo cho số ong khác biết khoảng cách từ tổ đến nguồn thức ăn, bằng cách sử dụng tốc độ, tốc độ của ong khi biểu diễn hình số 8 càng chậm thì nguồn thức ăn ở càng xa. Chẳng hạn, nếu thức ăn cách xa 500m, trong 15 giây ong sẽ thực hiện 6 vòng tròn hoàn chỉnh nhưng nếu thức ăn hơn 10.000m ong chỉ thực hiện 2 vòng theo hình số 8 cùng lúc.

Vũ điệu được thực hiện trên mặt phẳng nằm ngang hay mặt phẳng thẳng đứng. Frisch chứng minh rằng nếu vũ điệu nằm trên mặt phẳng nằm ngang, kế đến là bay ở giữa chỉ trực tiếp hướng đến nguồn thức ăn. Nhưng trên mặt phẳng thẳng đứng, đường nằm ở góc so với mặt thẳng đứng, mô tả góc giữa mặt trời, tổ ong và thức ăn, không có sự phân biệt bầu trời u ám hay không mây – ong có thể phát hiện vị trí của mặt trời bất kể điều kiện bầu trời.

Frisch tiến hành nhiều thí nghiệm, nghiên cứu tính chính xác của ong khi thông báo thông tin này. Trong một nghiên cứu, người ta đặt nước đường có mùi hoa oải hương cách tổ 750m. Sau đó lấy thức ăn đi, một loạt các tấm ván có mùi hoa oải hương đặt cách tổ ong nhiều khoảng cách khác nhau, dọc theo cùng một tuyến đường. Mỗi tấm ván có một người quan sát đếm số lượng ong bu lại. Hầu hết số ong – hơn 60% tổng số được quan sát – bay đến một trong hai tấm ván nằm ở hai bên nơi đặt nước đường ban đầu: một ở cách 700m, và một cách 800m. Nói cách khác, ong đã bay đến nguồn thức ăn do vũ điệu ban đầu thông báo càng gần càng tốt.

Có thể ngoài điệu vũ ra ong còn sử dụng nhiều cách khác để truyền đạt thông tin. Năm 1964 Wenner quan sát ong đang múa cũng phát ra âm thanh khi ở động tác bay theo đường thẳng trong vũ điệu, động tác này cũng mang tính thông báo. Trong nghiên cứu khác, Esch (1967) nhận thấy điệu vũ im lặng không có vẻ tạo bất kỳ tác dụng nào đối với số ong khác, ở chỗ số ong không tiếp tục nhìn theo điệu vũ để tìm nguồn thức ăn mới. Vì thế những cách thức giao tiếp khác cũng tham gia chẳng hạn như thị giác. vũ điệu của loài ong mô tả hình thức giao tiếp phức tạp, ấn tượng như chúng ta đã thấy trong Chương 18, có thể liên kết với **bản đồ nhận thức** của ong về khu vực để tối đa hóa khả năng tìm thức ăn hiệu quả.

ẾCH VÀ DƠI

Bất kỳ ai sống trong vùng ao hồ đều biết ếch là động vật rất to tiếng. Trong mùa giao phối, cả ếch lẫn cóc đều kêu to để hấp dẫn bạn tình. Một số chủng loài chẳng hạn như cóc sọc vàng cách xa 2km còn nghe tiếng. Narins và Capranica (1980) nhận thấy ếch có vẻ có dụng cụ thính giác chuyên biệt hóa rất cao. Hệ thống thính giác của chúng được điều chỉnh thích hợp khi tiếp nhận âm thanh do các thành viên khác cùng chủng loài tạo ra vào thời điểm giao phối.

Trong một chủng loài ếch sống trên cây ở Puerto Rico, con đực phát tiếng kêu hai nốt nghe giống như "ko kee". Chúng bắt đầu kêu lúc trời nhá nhem và tiếp tục cho đến sáng sớm. Narins và Capranica nhận thấy tiếng kêu có vẻ thay đổi khi trời càng tối: lúc đầu, ếch kêu "ko" nhưng càng về sau chúng thêm một nốt nữa, kêu thành "ko kee". Bằng cách phát lại tiếng kêu của ếch đã được ghi âm trước đó, các nhà nghiên cứu nhận thấy tiếng kêu "ko" ban đầu có nghĩa là cảnh báo tính vùng cho các con đực khác trong vùng biết. Phần thứ hai "kee" là để thu hút con cái.

Lúc trời nhá nhem, con đực lập thành vùng của chúng. Trời càng tối chúng mới bắt đầu kêu để lôi kéo con cái. Khi nghiên cứu sinh lý học hệ thống thính giác của ếch, Narins và Capranica nhận thấy con đực điều chỉnh âm điệu có chọn lọc để phản ứng với tiếng kêu ở cùng tần số với tiếng kêu "ko", trong khi con cái không phản ứng đối với tiếng kêu này nhưng chỉ phản ứng với tiếng kêu ở cùng tần số với nốt "kee".

Phát thanh thông báo cho động vật ăn thịt biết

Có nhiều lợi thế đối với chủng loài trong việc thông báo bằng âm thanh như đã đề cập trước đây. Nhưng cũng có bất lợi. Bất lợi chính là âm thanh được phát đi dễ bị động vật ăn thịt biết được, vốn đang tìm kiếm bữa ăn cũng như các thành viên khác trong cùng chủng loài. Trong bối cảnh này Tuttle và Ryan (1981) quan sát loài ếch sống ở vùng bùn nhão trong rừng rậm nhiệt đới. Ếch đang kêu đột nhiên im tiếng nếu có dơi bay ngang qua vùng chúng ở. Nếu đêm nào trời u ám đến mức ếch không nhìn thấy được dơi bay ngang qua thì ếch sẽ kêu như thường lệ, chính vào lúc này ếch thường bị dơi bắt được.

Loài ếch sống ở vùng bùn nhão trong rừng rậm nhiệt đới cũng có tiếng kêu hai phần, âm thanh đầu tiên giống như "aow", tiếp theo là những tiếng kêu rất ngắn "chuck-chuck". Đôi khi, ếch đực kêu lớn tiếng, nhưng có những lúc chỉ phát ra tiếng kêu "aow". Nghiên cứu sử dụng đoạn băng ghi âm phát lại cho thấy, ếch cái sống vùng bùn nhão thường thích ếch đực kêu lớn tiếng hơn, mặc dù ếch cái cũng giao phối với ếch đực kêu tiếng ngắn hơn nếu cần. Tuttle và Ryan tự hỏi liệu lý do bỏ phần "chuck-chuck" trong tiếng kêu có phải là vì mối nguy hiểm từ động vật ăn thịt hay không. Âm thanh "aow" khó định vị nhưng âm "chuck-chuck" là dấu chỉ báo rất rõ ràng cho biết ếch đang nằm ở đâu, âm này không những giúp ếch cái tìm thấy ếch đực mà còn giúp cho dơi phát hiện ra ếch đực.

Bằng cách dùng loa phát tiếng kêu của ếch, Tuttle và Ryan chứng minh rằng dơi bay thẳng đến chỗ phát ra âm thanh khi nghe tiếng "chuck-chuck". Đôi khi, thậm chí dơi lao vào làm rách miếng vải dây loa để tìm "ếch" bên trong, không chỉ có thế dơi chỉ phản ứng đối với tiếng kêu của những loại ếch nào ăn được và bỏ qua tiếng kêu của loại ếch có da độc hay quá to đối với dơi. Hệ thống giao tiếp của ếch được loài dơi săn mồi sử dụng để phát hiện con mồi.

Sự định vị bằng tiếng vang

Đôi khi người ta biết rằng dơi định vị bằng tiếng vang: phát ra âm thanh cao tầng và chú ý nghe tiếng vang khi âm thanh dội lại từ các vật thể khác. Pye (1980) chứng minh rằng dơi có nhiều loại hệ thống định vị bằng tiếng vang và sử dụng hệ thống nào thích hợp với nhu cầu của chúng nhiều nhất. Chẳng hạn, loài dơi nhỏ pipistrelle châu Âu sử dụng một hệ thống radar kiểu "Doppler" dải rộng khi đang bay tuần tiễu cách mặt đất 5, 10m, vì ở độ cao này giúp dơi khảo sát một thể tích không khí lớn. Nhưng khi phát hiện được mục tiêu, dơi chuyển sang tín hiệu sắc, dải hẹp để đạt độ chính xác nhiều hơn.

Sự định vị bằng tiếng vang là một công cụ săn mồi trong khả năng hiểu biết của chúng ta, dơi hầu như giao tiếp với nhau bằng những tiếng kêu có âm vực cao nghe được khi bay đến gần chuồng gà. Nhưng năm 1983, Barclay và Fenton tiến hành thí nghiệm phát lại tiếng kêu của loài dơi nâu nhỏ và nhận thấy chúng thường sử dụng tiếng kêu của các thành viên khác trong cùng chủng loài để giúp chúng định vị thức ăn. Điều này có nghĩa chúng có thể mở rộng tầm tìm kiếm nhiều gấp 25 lần. Trong minh họa này, dơi đang giao tiếp với nhau theo cách tình cờ, theo nghĩa dơi khác đang tiếp nhận thông tin từ tiếng kêu của mình.

TIẾNG CHIM HÓT

Như chúng ta đã biết trong Chương 23, chim sử dụng tiếng hót để tìm hiểu và để xác định vùng. Cả hai đều mang mục đích giao tiếp: chim đang truyền thông điệp cụ thể cho số thành viên khác cùng chủng loài. Chim cũng giao tiếp vì lý do khác: chẳng hạn chim két sẽ phát ra tiếng kêu "pink-pink" rất sắc khi có mèo đến gần, cảnh báo cho số chim khác trong vùng lân cận biết sự nguy hiểm.

Thorpe (1961) nghiên cứu hành vi của chim ó biển trong một đàn có đến vài ngàn con. Thorpe nhận thấy khi chim trở về tổ bay lệch nương theo hướng gió từ chân vách đá hướng trở lên, phát tiếng kêu như lúc bay đi. Khi chim trong tổ nghe tiếng kêu của bạn mình sẽ kêu đáp lại, cho thấy mỗi tiếng kêu của chim có tác dụng như một nhận dạng cá nhân. Thorpe cũng nhận thấy một loài chim có đến 15, 16 loại tiếng kêu khác nhau, mỗi tiếng kêu có chức năng khác nhau.

Krebs (1976) nhận thấy chim có vẻ hót nhiều hơn vào sáng sớm - "dàn hợp xướng lúc bình minh". Khi nghiên cứu trong mỗi ngày chim có những hành vi gì và mỗi hành động cần bao nhiêu thời gian, Krebs nhận thấy dàn hợp xướng lúc bình minh phần lớn phục vụ cho chức năng tính vùng. Sáng sớm không phải là thời điểm thích hợp để tìm thức ăn vì trời còn tối, tầm nhìn không rõ, và cũng vì trời lạnh nên nhiều côn trùng chưa hoạt động. Mặt khác, vào lúc này nhiều chim bay vòng quanh tìm không gian sống vì thế hình thành và bảo vệ vùng là điều cần thiết.

Dĩ nhiên, tiếng chim hót không chỉ mang tính vùng. Như chúng ta đã biết trong Chương 23, Catchpole (1981) chứng minh tiếng chim hót phục vụ cho hai mục đích: dùng để bảo vệ vùng và biểu thị cho bạn tình tiềm năng biết mình đang có một vùng cần bảo vệ, cũng có thể thu hút chim mái. Marler (1984) cho rằng chức năng của tiếng hót ở các loài chim khác nhau có thể thay đổi theo dải liên tục, với những chim có tiếng hót phục vụ cho chức năng tính vùng ở một đầu và những chim có tiếng hót phục vụ chức năng thu hút bạn tình ở đầu kia, hầu hết chủng loài còn lại nằm ở giữa hai thái cực - nói cách khác, sử dụng tiếng hót cho 2 mục đích.

Tập quen tiếng hót của chim

Slater (1981) cho rằng tiếng chim kêu và tiếng chim hót được các chim khác tập quen một phần. Ông nhận thấy chim mai hoa nếu nuôi trong nhà không hiểu được tiếng chim hoang hót, sẽ có tiếng kêu "chink" hoàn toàn khác với loài chim hoang. Trong một trường hợp, Slater quan sát chim mai hoa trong phòng thí nghiệm trong bản nhạc song tấu với một chim sẻ ngô hoang, đậu bên ngoài cửa sổ phòng thí nghiệm. Chim mai hoa bắt chước tiếng kêu "cheep" khi nghe chim sẻ ngô kêu. Slater kết luận rằng tập quen thông qua bắt chước là một phần quan trọng trong cách chim có được tiếng hót của mình. Và có vẻ trong sự tập quen như thế có một tố chất di truyền rõ nét.

Tiếng kêu của chim có thể mang nhiều thông điệp khác nhau (xem Bảng 24.1, liệt kê tiếng kêu của chim mai hoa). Nhưng ngoài tiếng kêu ra, Slater cũng nhận thấy mỗi chim mai hoa có đến 5 loại tiếng hót khác nhau. Một số tiếng hót này mang tính cá nhân chỉ có chim mai hoa ấy hót được. Số tiếng hót khác có chung ở một số chim khác. Trong một số trường hợp, Slater quan sát chim mai hoa đang hót hầu như giống hệt với tiếng hót của các chim mai hoa khác chỉ khác một hay hai nốt - có thể vì chim phạm lỗi khi bắt chước tiếng hót của nhau.

Slater nghiên cứu quần số 40 chim mai hoa trên quần đảo Orkney và nhận thấy giữa chúng có 17 loại tiếng hót khác nhau. Vì thế không chỉ là vấn đề mỗi chim có tiếng hót của riêng mình - mà số lượng tiếng hót giống nhau rất đáng kể. Slater nhận thấy sự giống nhau này liên quan đến phân bố địa lý nhưng ranh giới không đủ để mô tả chính xác tiếng hót ấy mang tính "phương ngữ". Thay vào đó, có

Bảng 24.1 Tiếng gọi của chim mai hoa

Bay	*Tsupe' hay 'Tupe'*	Bay/ chuẩn bị bay.
Kết bạn	*'Chink' hay 'Spink'*	Giúp các chim sống riêng biệt gặp nhau.
Trốn thoát	*'Cheenk'*	Cũng sử dụng trong khi tìm hiểu kết thành đôi mới.
Gây hấn	*Zzzzzz'* hay *Zh-zh-zh*	Sử dụng suốt trong khi tấn công và chiến đấu trong tình trạng con trống bị nhốt
Báo động 1	*'Tew'*	Thường xuyên nhất trong số 3 báo động. Thường gặp ở chim con nhưng cũng được chim trống, mái trưởng thành sử dụng.
Báo động 2	*'Seee'*	Mức báo động cao nhất ở chim trống đang mùa sinh sản. Nốt trầm bổng, động vật ăn thịt khó định vị.
Báo động 3	*'Huit'* hay *'Whit'*	Nguy hiểm trung bình do chim trống sử dụng vào mùa xuân.
Bị thương	*'Tseee'*	Khi chim bị thương trong lúc giao chiến
Tìm hiểu 1	*'Kseep''Tsit' 'Tzit' 'Chwit'*	Ở chim trống trong giai đoạn hình thành đôi ban đầu vào mùa tìm hiểu.
Tìm hiểu 2	*Tchirp'* hay *'Chirri'*	Ở chim trống trong mùa tìm hiểu sau này.
Tìm hiểu 3	*'Seeep'*	Ở chim trống trong mùa sinh sản.
Khẩn cầu 1	*'Cheep'*	Lưu ý nhẹ nhàng đối với chim con.
Khẩn cầu 2	*'Chirrup'*	Tiếng kêu lớn, the thé của chim non mới ra ràng.
Ở giữa	*'HuitlSeee', 'Huit/Chink"*	Tiếng kêu giữa mức kết bạn và báo động ở chim trưởng thành.
Tiếng hót phụ	*'Chrrp' hay một loạt tiếng huyên náo âm vực thấp.*	Ở chim trong giai đoạn đầu của mùa hè.
Tiếng hót	*'Tchip-tchip-tchip-Cherry-erry-erry-Tchip-Tcheweeoo'*	Tiếng hót chính, kéo dài 2, 3 giây, hót vào 6 tháng đầu năm hay đầu thu.

Nguồn: Adapted from Bright, 1984

nhiều sự chồng chéo đáng kể giữa tiếng hót ở một khu vực này với tiếng hót ở khu vực lân cận, nhưng dần dần sự chồng chéo ít thấy hơn cho đến khi từ xa tiếng hót nghe hoàn toàn khác hẳn.

Sự tương đồng giữa tiếng hót và lời nói

Năm 1970, Marler cho rằng tiếng chim hót và lời nói có thể so sánh trực tiếp trong một số khía cạnh chính, nghiên cứu tiếng chim hót giúp các nhà tâm lý học biết một số dấu chỉ báo hữu ích như tính chất và sự phát triển lời nói ở con người. Một trong những nét tương đồng mà Marler nhận dạng là cách cả con người lẫn chim thể hiện một tố chất di truyền rõ nét để thâu nhận và bắt chước một số âm thanh này hơn là âm thanh khác. Marler chứng minh rằng chim con sẽ tập quen tiếng hót của chủng loài mình nếu chúng được nghe khi còn nhỏ nhưng sẽ không để ý đến tiếng hót của số chim thuộc chủng loài khác. Tương tự, trẻ bị nhiều loại âm thanh và tiếng động vây quanh nhưng chính tiếng nói của con người mới được trẻ chú ý nhiều nhất, và bắt chước tiếng nói ấy.

Cũng có những tương đồng khác được Marler nêu rõ. Một trong số này là cả trẻ lẫn chim con đều có khả năng bắt chước âm thanh nghe được tốt đến mức phương ngữ có thể truyền từ thế hệ này sang thế hệ sau. Chim cũng như người tập quen tốt hơn khi còn nhỏ. Mặc dù có nhiều tranh luận đối với việc liệu thực ra có giai đoạn tới hạn cho việc tập quen ngôn ngữ ở con người cũng như tập quen tiếng hót ở chim hay không (xem Chương 4), vẫn còn hợp lý khi cho rằng trẻ tập quen ngôn ngữ tốt hơn khi còn nhỏ, hầu hết các nhà tâm lý học cho rằng ít nhất phải có giai đoạn nhạy cảm đối với loại hình tập quen này.

Nottebohm (1970) chứng minh rằng chim mai hoa có một bên não vượt trội xử lý tiếng hót. Đây là sự tương đồng khác mà Marler nhận dạng: con người cũng có một bán cầu vượt trội để xử lý ngôn ngữ, ở chim cũng thế, mặc dù đối với những khả năng như thế có thể chuyển giao nếu thời thơ ấu một bán cầu bị tổn thương, điều này ít có khả năng xảy ra khi con người lớn tuổi hơn.

Quan điểm cho rằng có thể một số khuynh hướng tiến hóa hướng đến một số loại hành vi, ở người mang hình thức ngôn ngữ. Loại xu hướng này cũng được biểu thị ở chim. Marler không cho rằng tiếng chim hót là một hình thức ngôn ngữ thực sự – đúng ra nghiên cứu tiếng hót chỉ làm sáng tỏ nguồn gốc tiến hóa của ngôn ngữ. Chúng ta sẽ trở lại vấn đề này khi khảo sát vấn đề tiếng kêu cảnh báo ở loài khỉ khi Marler cho rằng tiếng kêu này có những nét tương đồng.

CÁ VOI VÀ CÁ HEO

Động vật có vú ở biển được biết là cá voi và cá heo, giao tiếp với nhau bằng cách sử dụng nhiều tín hiệu. Hầu hết sự giao tiếp của cá đều bằng âm thanh, vì đây là cách có thể lan truyền qua khoảng cách dài nhất trong môi trường nước. Nhiều nhà sinh học và tâm lý học so sánh nghiên cứu sự giao tiếp ở những động vật này

Tiếng kêu của cá voi

Vào cuối thập niên 1960, ghi âm tiếng kêu của loài cá voi lưng gù trở thành tác phẩm bán chạy nhất. Ghi âm là một sản phẩm phụ khi nghiên cứu tiếng kêu của cá voi lưng gù ngoài khơi Bermuda. Sử dụng phone nghe dưới nước treo lơ lửng trong vùng nước, mắc vào cần câu của một chiếc thuyền buồm nhỏ, Payne và McVay (1971) ghi âm tiếng động của cá voi trong nhiều giờ, trong suốt cuối thập niên 1960 và 1970. Khi phân tích tiếng động, điều hiển nhiên là những gì được ghi âm là một loạt các mẫu âm thanh được cấu trúc theo hệ thống để tạo ra những tiếng kêu hoàn toàn phức tạp.

Nói chung, cá voi lưng gù chỉ kêu trong mùa sinh sản mặc dù thỉnh thoảng người ta nghe cá voi kêu trong khi các cá voi khác đang di chuyển khỏi vùng sinh sản đến các khu vực nhiều thức ăn ở bắc cực hay nam cực. Trong một đợt kêu, cá voi kêu lên những tiếng hoàn chỉnh trong nhiều lần, chúng thở trong khi những khoảng gián đoạn tự nhiên diễn ra giữa các lần kêu. Một đợt kêu kéo dài rất lâu. Có lúc ghi âm tiếng kêu không ngừng của một cá voi hơn 22 tiếng, nhưng sau thời gian đó, các nhà nghiên cứu phải bỏ cuộc và về nhà, vì thế cũng chẳng rõ cá voi ấy còn kêu tiếp bao lâu nữa.

Âm thanh của tiếng kêu nghe rất du dương gồm các chuỗi nốt kéo dài lặp đi lặp lại theo các mẫu đều đặn. Tiếng kêu có thể chia nhỏ thành một loạt **chủ tố**. Một chủ tố bao gồm một số ngữ giống nhau, mỗi ngữ gồm một loại các nốt gọi là đơn vị. Số lượng chủ tố trong một tiếng kêu khác nhau, từ 4,5 cho đến 8 hay 10, tất cả số cá voi lưng gù trong một khu vực cụ thể cùng lúc sẽ phát ra tiếng kêu như nhau nhưng tiếng kêu dần dần thay đổi trong mùa. Bỏ đi một số ngữ và thêm vào số ngữ khác. Những thay đổi này không đáng kể nhưng diễn ra khá nhanh, cứ mỗi 2 tháng thay đổi mỗi thành phần một lần. Vì thế, mặc dù tiếng kêu vào lúc đầu năm thường được nhận biết giống với tiếng kêu của cá voi vào năm trước, nhưng không phải giống hệt.

Mặc dù cá voi lưng gù không kêu khi chúng ở các vùng cung cấp thức ăn, nhưng chúng thường tạo ra những âm thanh kêu gọi kết bạn. Những tiếng kêu này thường được tạo ra khi cá voi gặp nhau như một nhóm hay khi một nhóm tách ra, nhưng không rõ chúng đang chào hỏi nhau hay có thông tin gì khác. Chúng cũng phát ra những âm thanh kết bạn khi cùng tham gia hợp tác săn bắt cá, sử dụng kỹ thuật "lưới bong bóng" để lùa đàn cá vào một chuỗi bong bóng, sau đó xuất hiện trong chuỗi đớp cá giữa các răng hàm.

Tiếng kêu và tìm hiểu

Tyack (1981) nhận thấy tiếng kêu của cá voi lưng gù có vẻ đi kèm với một điều gì đó trông giống như hành vi tìm hiểu – mặc dù khó phát biểu chắc chắn vì rất khó đến gần cá voi khi chúng đang bơi. Thông thường cá voi đang kêu chỉ bơi một mình, cách cá voi khác vài trăm mét và tránh các cá voi đang kêu khác. Mặc dù, trong một vài trường hợp, Tyack quan sát cá voi không kêu tiến đến gần cá voi đang kêu. Nếu trường hợp này xảy ra, cá voi sẽ ngừng kêu, hai cá voi cùng bơi với nhau một khoảng ngắn sau đó cá voi kêu trước đây sẽ bơi tách ra, thay vào đó cá voi mới đến sẽ bắt đầu kêu.

Đôi khi cá voi đang kêu sẽ đến gần một cá voi cái với cá voi con, nếu cá voi cái không tiếp nhận quan hệ (có vẻ đi kèm với độ tuổi của cá con – cá voi lưng gù không rụng trứng cho đến khi cá voi con trước đây chưa thôi bú), cá voi cái sẽ bơi lãng đi rất nhanh. Nhưng nếu cá voi cái và cá voi con tiếp tục bơi cùng đường thì cá voi đực sẽ bơi phía sau, cố gia nhập. Nếu sự gia nhập thành công, cá voi đang kêu sẽ ngừng kêu, bơi cùng với cá voi cái và cá voi con. Đôi khi, cá voi cái và cá voi hộ tống sẽ bỏ rơi cá voi con bằng cách trồi lên mặt nước từ 10 đến 15 phút rồi lặn xuống thật sâu. Tyack đoán rằng sự giao phối có thể diễn ra vào lúc này, nhưng như bạn hình dung thật khó khẳng định việc suy đoán ấy đúng hay không.

Đôi khi bộ ba thuộc loại này (cá voi cái, cá voi con và cá hộ tống) sẽ bơi vào vùng lân cận của cá voi dực đang kêu khác, sau đó cá voi đực này bắt đầu tiến đến gần bộ ba. Bộ ba sẽ tăng tốc, bơi lãng đi. Mặc dù, đôi khi cá voi đang kêu sẽ đến gần và bắt đầu cuộc thi tiếng kêu với cá voi đực hộ tống khác như thể đánh đuổi cá ấy đi để đi cùng với cá voi cái. Những cuộc tranh giành như thế thường thu hút số cá voi đực khác, tất cả đều rất hưng phấn và hành động có vẻ gây hấn, vỗ vào đuôi hay đụng mạnh vào nhau.

Trong những tình tiết này, cá voi sẽ phát ra một dải **tiếng kêu xã hội.** Đôi khi đây là những tiếng kêu rời rạc, nếu không xét đến bối cảnh nhưng đôi khi lại nghe giống như tiếng kèn trumpet âm vực cao và tiếng càu nhàu âm vực thấp. Tyack (1983) cố phát lại những tiếng động này cho một nhóm cá voi đang kêu nghe, kết quả thật ấn tượng. Khi nghe âm thanh phát ra, số cá voi đang kêu đột nhiên im tiếng và lao về phía loa, nhắm hướng thuyền bơi đến với tốc độ rất cao. Khi đến thuyền, chúng nổi lên mặt nước xếp thành vòng tròn như thể đang tìm nhóm đã phát ra âm thanh. Tuy nhiên, Tyack nhận thấy nếu thay vì ông phát lại tiếng kêu thì số cá voi đang kệu sẽ im tiếng và bơi đi nơi khác.

Rõ ràng dải xướng âm của cá voi rất phức tạp và chuyển tải một số ý nghĩa rõ ràng đối với cá voi khác. Đối với chúng ta thật khó có lời giải thích chính xác đối với những tiếng kêu này một phần vì khó quan sát gần, một phần vì chúng ta chỉ phỏng đoán, dựa trên suy nghĩ của chúng ta về ý nghĩa hành vi xã hội ở các động vật khác – và điều này mang tính phỏng đoán nhiều hơn. Có thể ý nghĩa của tiếng kêu cá voi thuộc một số loại giao tiếp đối chứng của hình thái nghệ thuật, giống như cách chúng ta nghe nhạc chứ không phải là những tín hiệu cụ thể mang ý nghĩa cụ thể. Chúng ta chỉ mong rằng nghiên cứu sau này sẽ giúp chúng ta hiểu được một số vấn đề này.

Cá heo

Năm 1965, Bastian tiến hành một thí nghiệm ở hai cá heo nuôi trong các bể nước kế nhau. Cá heo nghe được nhưng không thấy mặt nhau. Một cá heo được dạy cách đè vào một mái chèo để nhận được phần thưởng. Một không được dạy gì cả nhưng khi được cung cấp một bộ nhiều mái chèo thì không thể ấn đúng. Bastian cho rằng cách duy nhất mà cá heo lẽ ra có thể biết mình phải làm gì là qua việc nghe và hiểu nhiều tiếng huýt sáo, tiếng vọng và tiếng lách cách mà cá heo kia tạo ra trong giai đoạn rèn luyện.

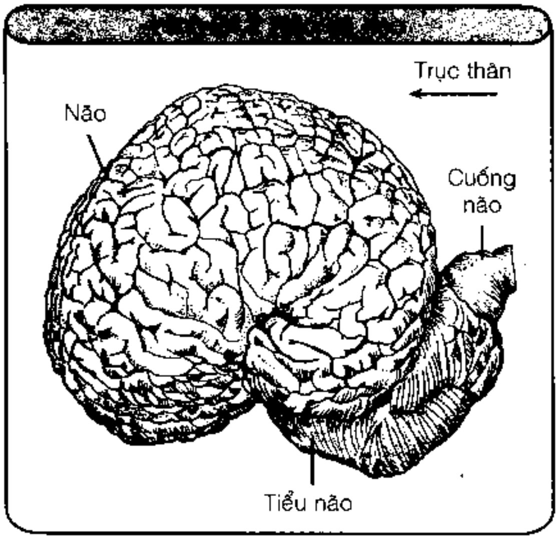
Cá heo tạo ra một dải âm thanh gồm tiếng huýt sáo, tiếng kêu có âm vực cao, tiếng càu nhàu, tiếng lách cách, tiếng lạch cạch và chiêm chiếp. Nói chung, những tiếng này chia thành **âm thanh nhịp điệu,** như tiếng lách cách, lạch cạch được tạo ra như tiếng động lặp đi lặp lại nhanh, và **âm thanh không nhịp điệu.** Âm thanh nhịp điệu hầu hết có vẻ sử dụng cho sự định vị bằng tiếng vang và đi lại hơn là giao tiếp giữa cá heo này với cá heo khác. tuy nhiên, có một số ngoại lệ đối với điều này, chẳng hạn như cá heo tạo ra tiếng kêu có âm vực cao hay tiếng kêu ăng ẳng nhịp điệu như tiếng kêu báo động.

Tiếng huýt sáo là một trong những âm thanh đầu tiên được nghiên cứu ở cá heo, có lẽ vì đối với con người đây là âm thanh dễ nghe nhất – phần lớn âm thanh khác ở cá heo đều thuộc dải siêu âm, muốn nghe được phải có thiết bị. Không phải loại cá heo nào cũng huýt sáo, nhưng người ta cho rằng số cá heo huýt sáo, đôi lúc sử dụng tiếng huýt sáo này để giao tiếp. Cá heo huýt sáo khi đang ăn hay đang tìm hiểu một điều gì đó bất thường. Trong một số nhóm cá heo, mỗi cá heo đều có một tiếng huýt sáo đặc biệt, chỉ riêng mình chúng có. Người ta cho rằng tiếng huýt sáo được sử dụng như một tiếng kêu nhận dạng, giúp duy trì toàn bộ nhóm cùng nhau trong những hoạt động tập thể như săn cá.

Cá heo cũng huýt sáo khi chúng đau buồn chẳng hạn như khi bị lạc hay dính móc câu. Trong một nghiên cứu của Bright (1984), một cá heo đực bị bắt, người ta ghi âm tiếng huýt sáo của nó. Khi phát lại cho số cá heo khác nghe, tất cả cá heo khác đều trở hướng và bơi đến. Nhưng khi phát cho số cá heo lạ nghe thì số cá này tỏ vẻ tò mò. Có nhiều giải thích có thể đối với điều này nhưng ngụ ý rằng mỗi nhóm đều có tiếng kêu của riêng mình và một số nghĩ rằng thậm chí cũng có "ngôn ngữ" của riêng chúng về ý nghĩa của tiếng huýt sáo.

Norris và Dohl (1980) quan sát loài cá heo quay tròn Hawaii, và nhận thấy rằng chúng thể hiện những đợt bùng phát hoạt động giao tiếp đặc biệt trong một thời điểm cụ thể trong ngày. Những động vật này thường bơi rất êm, nô đùa và nghỉ ngơi trong thời điểm ấy. Nhưng vào chiều tối, hoạt động của nhóm gia tăng, chúng bắt đầu tập hợp với nhau và thường huýt sáo và nô đùa dữ dội, chẳng hạn như nhảy lên khỏi mặt nước và quay tròn. Mức độ phấn khích trong nhóm gia tăng, như thế số lượng và dải hoạt động thanh âm gia tăng cho đến sau cùng mọi cá heo đều gia nhập vào dàn hợp xướng. Khi điều này xảy ra, nhóm di chuyển ra khỏi vịnh và bắt đầu cuộc săn ban đêm.

Một ý kiến cho rằng sự xướng âm quan sát thấy ở nhóm vào thời điểm này là một tác nhân quan trọng trong việc



phối hợp và thúc đẩy nhóm, đảm bảo rằng mỗi cá heo đều nhanh nhẹn, hoạt động và sẵn sàng lên đường. Thông thường, trong thời điểm này một cá heo sẽ lên tiếng kêu, số cá khác sẽ gia nhập. Một số nhà nghiên cứu cho rằng tính chất nhất trí của tiếng kêu biểu thị liệu mọi cá heo trong nhóm có sẵn sàng lên đường hay không. Nếu một số cá heo không tham gia, sẽ có thời gian tạm lắng ngắn, sau đó dàn hợp xướng bắt đầu trỗi lên.

Người ta nghĩ lúc ấy cá heo sử dụng âm thanh để phối hợp xã hội cũng như báo hiệu cụ thể về trạng thái cảm xúc và có thể nguy hiểm. Não cá heo rất to (xem Hình 24.2), mặc dù bản thân vỏ não mỏng hơn vỏ não của người, vì thế có vẻ hệ thống giao tiếp tinh vi là một trong những công dụng liên quan đến phần não này.

ĐỘNG VẬT CÓ SỬ DỤNG "LỜI LẼ" HAY KHÔNG?

Một trong những vấn đề quan trọng về hệ thống giao tiếp ở động vật là liệu chúng có "lời lẽ" – tín hiệu tượng trưng cho một khái niệm cụ thể và được dùng để phân biệt giữa các minh họa về khái niệm ấy và khái niệm khác. Cho đến thời gian khá gần đây, hầu hết các nhà nghiên cứu thường cho rằng sự xướng âm ở động vật trong tự nhiên chỉ chuyển tải thông tin về trạng thái cảm xúc hay động cơ thúc đẩy cơ bản. Nhưng một số nghiên cứu gần đây cho thấy có thể là những trường hợp động vật giao tiếp sử dụng tín hiệu nhận thức cụ thể. Để tìm hiểu quan điểm này, chúng ta cần nghiên cứu thật cụ thể đặc điểm của tiếng gọi báo động rất dễ phân biệt ở động vật.

Năm 1980, Robinson nhận thấy loài sóc đất của Belding có thể phân biệt giữa các loại chim vốn là động vật ăn thịt sóc, như diều hâu, chim cắt, v.v... với những loài chim không ăn thịt sóc như bồ nông trắng và kên kên tây. Sóc phát ra tiếng kêu báo động khi chúng thấy loài chim nguy hiểm, chạy tìm chỗ núp, nhưng chỉ kêu chiêm chiếp, không hề bỏ chạy nếu có một loại chim không nguy hiểm bay ngang qua. Nếu phát hiện động vật ăn thịt ở dưới đất, sóc sẽ phát ra tiếng kêu báo động và có "hành vi thu quân" – đứng thẳng người trên hai chân sau – trước khi bỏ chạy.

Seyfarth và Cheyney (1980) nghiên cứu loài khỉ vervet châu Phi. Loài khỉ này bị ba động vật ăn thịt: đại bàng hiếu thắng, báo và trăn. Mỗi loại này tượng trưng cho một mối đe dọa khác nhau đối với khỉ, vì thế phải cần có hành vi lãng tránh khác nhau. Khi khỉ vervet trưởng thành phát tiếng kêu báo động có "chim đại bàng", thì các thành viên khác trong bầy sẽ nhìn lên trời và tìm nơi trú ẩn. Khi phát tiếng báo động "có báo" thì đàn khỉ leo lên cây gần đó để an toàn hơn. Khi phát ra tiếng báo động "có rắn", khỉ sẽ nhìn xuống mặt đất xung quanh và chạy trốn nếu phát hiện thấy.

Seyfarth và Cheyney nhận thấy loài khỉ vervet cũng phân biệt được giữa các động vật ăn thịt, phát ra tiếng kêu báo động hoàn toàn khác khi nhìn thấy 3 chủng loài khác nhau xem khỉ là con mồi. Bằng cách phát lại đoạn băng ghi âm cho khỉ hoang nghe, Seyfarth và Cheyney có thể chứng minh rằng số khỉ khác nghe được cũng có phản ứng thích hợp đối với những tiếng kêu này.

Tập quen báo động

Điều đặc biệt lý thú về những quan sát của họ là cách tập quen tiếng kêu báo động của loài khỉ vervet con. Trong khi khỉ trưởng thành hầu như lúc nào cũng phát tín hiệu chính xác, Seyfarth và Cheyney nhận thấy rằng khỉ con thường phạm sai lầm. Nhưng những sai phạm ấy không ngẫu nhiên. Khỉ con thường khái quát phản ứng của mình quá mức, khi nhìn thấy các loại chim khác hay thậm chí chiếc lá rơi, khỉ con báo động "có đại bàng", khi nhìn thấy một động vật có vú khác như lợn lòi lại phát báo động "có báo" hay khi gặp rắn nhỏ không ăn thịt, hay một que củi dưới đất lại phát báo động "có rắn".

Có hai đặc điểm của hành vi này đặc biệt đáng lưu ý. Thứ nhất là cách khỉ con tập quen báo động chính xác hơn. Seyfarth và Cheyney nhận thấy khi khỉ con nghe được khỉ khác báo động, khỉ con thường nhìn về phía khỉ lớn, nhất là nhìn khỉ mẹ rồi mới hành động. Khi khỉ con báo động, số khỉ khác trong đàn sẽ nhìn theo hướng khỉ con đang nhìn. Nếu mối đe dọa có thực, chúng sẽ báo động và hành động thích hợp. Sau đó khỉ con bắt chước hành vi của khỉ lớn. Nếu một khỉ con báo động không thích hợp, thì khỉ lớn sẽ kiểm tra, sau đó tiếp tục làm việc tiếp. Bằng cách này, khỉ con tập quen với kích thích cụ thể mà nó nhận biết không cần đi kèm với phản ứng lãng tránh. Vì thế, tập quen quan sát là một phần quan trọng trong việc tập quen những tín hiệu này.

Phân loại tự nhiên

Khía cạnh thứ hai của hành vi cũng thật thú vị là cách khỉ con phát ra ba tiếng kêu khác nhau. Mặc dù đôi khi chúng có phản ứng hành vi không phù hợp, khi gặp chim lại báo động "có rắn" hay báo động "có báo" khi gặp rắn. Chúng có vẻ sử dụng điều mà Marler (1982) mô tả **phân loại tự nhiên:** chúng phản ứng khác đối với những con vật đang bay trên trời, những vật trông giống như động vật có vú và những vật trườn dưới đất. Seyfarth và Cheyney (1982) cho rằng trẻ kế thừa phản ứng di truyền đối với sự phân loại rộng, sau đó được trau chuốt qua kinh nghiệm của trẻ.

Marler (1982) cho rằng cách mà trong đó những khuynh hướng bẩm sinh được trau chuốt qua kinh nghiệm, minh họa một cơ chế cơ bản của sự phát triển nhận thức. Ông cho rằng cơ chế phóng thích bẩm sinh khái quát hóa hình thành chiều hướng phát triển hành vi: trong trường hợp khỉ con, loại kích thích để phát ra báo động, ở loài sẻ ngô mào trắng (xem Chương 22) là hình thức tiếng hót cơ bản. Sau đó những phản ứng này được phát triển và cụ thể hơn thông qua sự tương tác của thú con với các thành viên khác cùng chủng loài. Khỉ con tập quen với tiếng kêu chỉ để đối phó với đại bàng hiếu chiến và bỏ qua số chim khác, chim sẻ ngô mào trắng học được phương ngữ của vùng mình đang sống.

Tiếng kêu đặc trưng ở chủng loài

Tính sẵn sàng tập quen những phân loại tự nhiên đặc trưng là minh họa của loại **tính sẵn sàng di truyền –** tính sẵn sàng tập quen một số loại vấn đề – chúng ta đã đề cập trong Chương 22. Theo cách nhìn này, Marler đi đến lập luận cho rằng sự phát triển tín hiệu âm thanh đặc biệt đối với những phân loại tự nhiên này có thể mang tính đặc trưng đối với chủng loài cụ thể ấy, vì mỗi chủng loài có yêu cầu môi trường của riêng mình, và phải đối phó với áp lực tiến hóa khác nhau. Vì thế, động vật sẵn sàng nhận dạng tiếng kêu để phân loại tự nhiên cũng sẽ sẵn sàng nhận biết loại "lời lẽ" - tiếng kêu biểu thị phân loại tự nhiên rộng – do các thành viên trong cùng chủng loài của mình tạo ra, nhưng ít sẵn sàng nhận biết tiếng kêu do các động vật khác tạo ra.

Trong một nghiên cứu nhận biết âm thanh phát ra, Marler (1983) chứng minh loài khỉ Nhật rất dễ tập cách phân biệt giữa tiếng kêu với việc định thời điểm đỉnh tần số phát xuất ở nhiều nơi khác nhau. Chẳng hạn, chúng có thể phân biệt giữa tiếng kêu có đỉnh sớm và tiếng kêu cùng độ dài nhưng đỉnh điểm diễn ra vào lúc cuối. Nhưng chúng nhận thấy khó khăn hơn nhiều khi tập cách phân biệt giữa hai tiếng kêu có cùng đỉnh điểm như nhau, nhưng độ cao thấp khác nhau. Trái lại, các chủng loài khỉ khác nhận thấy dễ phân biệt hơn giữa các tiếng kêu có độ cao thấp khác nhau và khó tập cách phân biệt giữa việc định thời điểm của các đỉnh tần số.

Không phải là khỉ con không thể tập quen. Nếu được rèn luyện đúng mức, mọi khỉ con đều có khả năng tập quen với mọi công việc phân biệt. Nhưng cũng đáng lưu ý là một số phân biệt dễ dàng trong khi số khác thì không. Tính sẵn sàng tập quen một số phân biệt này hơn là một số phân biệt khác cũng đáng chú ý. Chứng cứ củng cố quan điểm của Gould và Marler (1987) cho rằng có một nền tảng tiến hóa đối với loại phản ứng mà cơ thể sống tập quen, tượng trưng cho một tố chất di truyền để phản ứng với các loại kích thích này hơn là kích thích khác.

Marler đi đến giả định rằng tố chất đối với phân loại tự nhiên trong giao tiếp tượng trưng cho một giai đoạn phức tạp hơn tiếng kêu báo động đơn giản của một động vật bị kích động hay hoảng hốt. Ông cho rằng, nếu chúng ta tìm kiếm sự phát triển tiến hóa giữa việc ra tín hiệu đơn giản và ngôn ngữ người, thì loại hành vi xướng âm thể hiện ở loài khỉ vervet con và sự ưa thích xướng âm ở loài khỉ Nhật có thể tạo ra sự liên kết trung gian.

GIAO TIẾP Ở HẮC TINH TINH

Vị trí khác nơi chúng ta có thể tìm kiếm sự liên kết trung gian giữa hành vi ở người và động vật nằm trong những động vật gần gũi nhất với con người. Như chúng ta đã biết, hắc tinh tinh có vẻ sống trong các nhóm xã hội có trật tự chặt chẽ, dường như là những động vật khá thông minh và cũng có khả năng giao tiếp với hắc tinh tinh khác trong nhóm và cùng hành động phối hợp. Nhưng hắc tinh tinh không sử dụng ngôn ngữ – hay không có, ở mức độ bất kỳ, một hình thức ngôn ngữ bất kỳ có thể tìm thấy, vì thế chúng ta nghiên cứu khả năng xử lý thông tin và giao tiếp xã hội ở hắc tinh tinh bằng cách nào?

Menzel (1984) cho rằng có ba cách khác nhau để giải quyết vấn đề này. Một khả năng có thể là phải quan sát sự tương tác của hắc tinh tinh trong nhóm xã hội của chúng càng chi tiết càng tốt, ghi chép từng âm thanh và cử động, cố gắng sử dụng dữ liệu để kết hợp thành "quyển tự điển" ý nghĩa của những tín hiệu giao tiếp này. Tùy chọn thứ hai là phải nghiên cứu nhóm hắc tinh tinh như một tổng thể và điều gì diễn ra trong tổng thể ấy. Từ đó, nhà nghiên cứu có thể nhận dạng hắc tinh tinh đang giao tiếp điều gì, sau đó sử dụng thông tin ấy để xem hắc tinh tinh sẽ làm gì. Và thứ ba là cố gắng dạy hắc tinh tinh bị bắt sử dụng ngôn ngữ loài người. Các nhà nghiên cứu giao tiếp ở hắc tinh tinh sử dụng tất cả ba kỹ thuật này, chúng ta lần lượt khảo sát từng kỹ thuật.

Tiếng kêu của hắc tinh tinh

Hắc tinh tinh giao tiếp với nhau sử dụng nhiều tín hiệu thị giác và thính giác. Mặc dù một số tín hiệu này bao gồm cả cơ thể – giống như sự thể hiện mối đe dọa, động vật nhảy dựng lên, lông dựng đứng và thốt ra một chuỗi tiếng thét ngày càng to dần kết thúc bằng tiếng thét thật lớn –

hầu hết giao tiếp thường nhật bao gồm âm thanh và thể hiện trên nét mặt.

Một trong những tiếng động phổ biến nhất mà hắc tinh tinh sử dụng là tiếng **càu nhàu**, thường không đi kèm với mọi thay đổi thể hiện trên nét mặt. Hắc tinh tinh có thể khẽ phát tiếng càu nhàu khi ăn hay chải chuốt, hay trao đổi những tiếng càu nhàu giữa các thành viên trong nhóm trong lúc yên tĩnh. Một loạt tiếng càu nhàu đi kèm với hơi thở với miệng hé mở, và đôi khi phát ra khi có một hắc tinh tinh khác đến gần. Những tiếng càu nhàu với hơi thở hổn hển này có thể thay đổi thành tiếng kêu âm vực cao hay tiếng thét lớn, động vật thể hiện "cười toe toét sợ hãi" trên nét mặt nếu hắc tinh tinh phản ứng gây hấn.

Âm thanh thường gặp khác ở hắc tinh tinh gọi là **tiếng thét thở hổn hển.** Goodall (1974) mô tả tiếng thét thở hổn hển gồm một chuỗi âm thanh "hooo", đi kèm với tiếng thở hổn hển, tăng dần về dung lượng, sau cùng chấm dứt bằng những âm "waaa" thật lớn. Những tiếng thét thở hổn hển này đi kèm với nét mặt thể hiện dễ phân biệt, và được sử dụng trong nhiều trường hợp. Thông thường, hắc tinh tinh thể hiện trong thời điểm hưng phấn nhẹ, chẳng hạn như đi đến một nguồn thức ăn mới hay một nhóm hắc tinh tinh gia nhập với nhóm hắc tinh tinh khác.

Cũng có một số chứng cứ cho thấy tiếng thét thở hổn hển có thể sử dụng để cho biết nhóm đang ở đâu. Goodall quan sát thấy đôi khi tiếng kêu như thế do số hắc tinh tinh phát ra khi đang ăn trên cây, và gợi ra một phản ứng tương tự ở nhóm hắc tinh tinh ở cách đó một khoảng. Marler và Hobbett (1975) nhận dạng những khác nhau đặc biệt trong sự xướng âm tiếng thét thở hổn hển của hắc tinh tinh, cho thấy hắc tinh tinh có khả năng nhận biết nhau bằng tiếng thét đặc biệt.

Những âm thanh khác ở hắc tinh tinh bao gồm tiếng kêu có âm vực cao hay tiếng rên rỉ – thường gặp ở hắc tinh tinh con – tiếng sủa và tiếng thét lớn vào những thời điểm cực kỳ hưng phấn. Goodall mô tả tiếng gọi tiếp xúc giữa hắc tinh tinh mẹ và hắc tinh tinh con như tiếng "rên rỉ – hoo" một âm tiết, thật khẽ, đi kèm với cái bĩu môi. Âm thanh này cũng do hắc tinh tinh trưởng thành tạo ra khi xin thức ăn ở hắc tinh tinh khác hay yêu cầu được chải chuốt. Trong những trường hợp như thế, tiếng rên rỉ – hoo có thể chuyển thành một chuỗi tiếng rên rỉ bình thường nhưng lớn hơn nếu hắc tinh tinh khác không để ý.

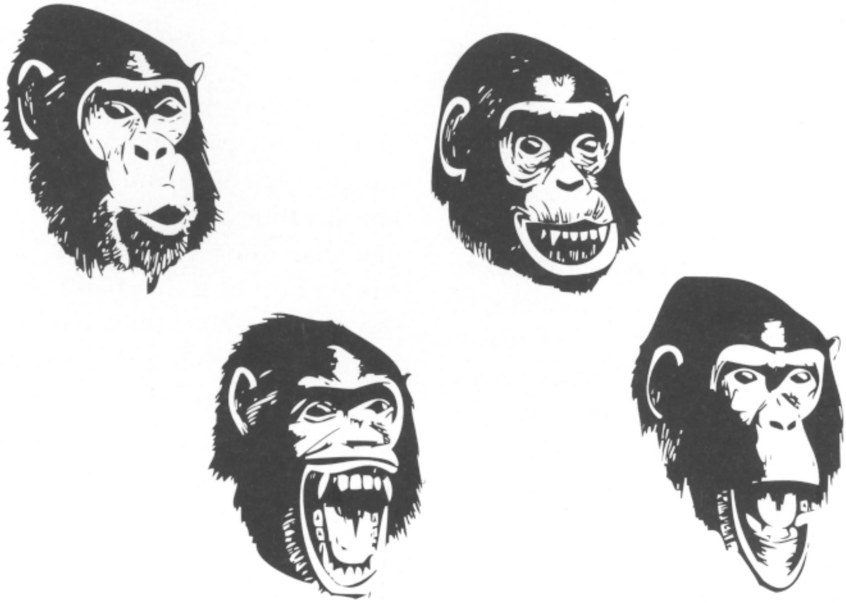
Hắc tinh tinh có thể **sủa** khi hưng phấn, nhất là tìm được nơi có thức ăn vừa ý. Phiên bản tiếng sủa khẽ hơn, nghe giống như tiếng ho, cũng được nghe thấy khi hắc tinh tinh đang dọa dẫm hắc tinh tinh khác một cách ôn hòa, nhưng nếu sự dọa dẫm nghiêm trọng hơn thì hắc tinh tinh sẽ tạo ra "tiếng sủa – waa" to. Hắc tinh tinh thét lớn hay báo động – âm thanh giống như "wraaaa" – có thể rất to, vang dội khắp khu rừng cũng như tiếng thét âm vực cao của chủng loài này.

Thể hiện trên nét mặt

Hầu hết tín hiệu xướng âm đi kèm với thể hiện đặc biệt trên nét mặt. Một trong số này là **cười toe toét sợ hãi,** hắc tinh tinh mở miệng thật to, môi kéo ngược về phía sau. Nếu hắc tinh tinh ít phấn khích hơn thì môi trên che kín hàm răng trên nhưng vẫn để lộ hàm răng dưới. Trái lại, trong **khuôn mặt nô dùa,** mặc dù miệng cũng mở to, nhưng môi che kín cả hai hàm răng, hắc tinh tinh thường có tiếng thở hổn hển hơi khẽ đi kèm (xem Hình 24.3).

Hắc tinh tinh có thể bực dọc hay ở mức độ nhẹ hơn nhưng không tỏ ra hoảng hốt, thường biểu hiện **cười toe toét khép kín,** trong đó để lộ cả hai hàm răng nhưng quai hàm khép kín. Những cái cười toe toét này thường đi kèm với âm thanh có âm vực cao, dễ thay đổi thành tiếng thét hay tiếng rên rỉ khi tình huống thay

Hình 24.3 Biểu lộ trên khuôn mặt loài tinh tinh



đổi và hắc tinh tinh cảm thấy bị đe dọa nhiều hơn.

Chúng ta có thể nhận thấy giao tiếp ở hắc tinh tinh chuyển tải một dải rộng cảm xúc. Phần lớn sự thể hiện không phải là không giống với những thể hiện ở con người trong bối cảnh tương tự. Goodall mô tả cái cười toe toét khép kín của hắc tinh tinh gần giống như cái cười làm quen hay bực dọc ở người. Hắc tinh tinh có vẻ cũng tiếp nhận phần lớn thông tin qua điệu bộ và căng thẳng cơ bắp ở số hắc tinh tinh khác trong đàn, nhưng chúng ta vẫn chưa hiểu hết những tín hiệu này.

Giao tiếp ở hắc tinh tinh trong bối cảnh xã hội

Mặc dù điều hữu ích khi biết một số vấn đề về "từ vựng" mà hắc tinh tinh sử dụng để giao tiếp với nhau, nói chung chúng ta chỉ nhận biết những tín hiệu này trong bối cảnh trực tiếp của chúng. Vì thế khi tìm hiểu những tín hiệu như thế, chúng ta chỉ hiểu được những tín hiệu nào liên quan trực tiếp với tình huống mới xảy ra giống như trạng thái cảm xúc hiện tại hay phản ứng của hắc tinh tinh trước một kích thích cụ thể. Thật khó sử dụng phương pháp nghiên cứu này để tìm hiểu những thông tin chung chung hơn hay trừu tượng mà cá thể muốn truyền đạt cho các cá thể khác trong đàn.

Menzel (1984) cho rằng một cách nghiên cứu khả năng của hắc tinh tinh giao tiếp với nhau là phải xét đến những hình thức giao tiếp phức tạp hơn diễn ra tự phát. Một vấn đề mà hắc tinh tinh thường tham gia nhiều nhất trong đời sống hoang dã là tìm thức ăn. Vì thế, Menzel cho rằng thật hữu ích khi tìm hiểu cách hắc tinh tinh thông báo cho nhau biết về thức ăn.

Menzel và Halperin (1975) nghiên cứu hình thức giao tiếp này ở các nhóm nhỏ từ 6 đến 8 hắc tinh tinh con. Hắc tinh tinh sống với nhau hơn một năm, hình thành một đơn vị xã hội ổn định. Chúng bị nhốt chung trong một chuồng nhỏ đặt cạnh một hàng rào lớn, để hắc tinh tinh không thể nhìn thấy khu vực rộng hơn. Sau đó, Menzel và Halperin tiến hành một loạt nghiên cứu mang một hắc tinh tinh ra khỏi chuồng, chở đến nơi đang giấu thức ăn (bằng con đường ngoằn ngoèo). Hắc tinh tinh được nhìn thấy thức ăn rồi sau đó đưa trở về lại chuồng. Kế đến mở chuồng thả hết số hắc tinh tinh ra để quan sát hành vi của chúng.

Thông thường, khi nhóm được thả ra, hắc tinh tinh am hiểu (gọi là "con đầu đàn") sẽ dẫn các hắc tinh tinh khác đi đến chỗ có thức ăn. Nhưng điều này không phải lúc nào cũng có nghĩa con đầu đàn phải đi trước, các con khác theo sau. Thông thường, hắc tinh tinh khác chạy trước vài mét, dừng lại và thỉnh thoảng ngoái nhìn phía sau, tìm kiếm bất kỳ nơi nào có thể là nơi giấu thức ăn. Có vẻ như thể chúng đã biết được mình đang tìm kiếm điều gì.

Trong một số trường hợp, Menzel và Halperin cũng giấu, nhưng không phải thức ăn mà là rắn nhỏ. Lại một lần nữa, hắc tinh tinh hành xử như thể chúng đã biết được đang giấu một thứ gì. Chẳng hạn, đôi khi con đầu đàn dừng lại cách nơi giấu rắn khoảng 10m. Sau đó một con nhặt được que củi, đi ngay đến chỗ mà con đầu đàn đang chăm chú nhìn, dùng que đập túi bụi xung quanh khu vực. Điều này khác với hành vi trong trường hợp giấu thức ăn, chúng sẽ lục soát nơi giấu một cách thoải mái không hề có dấu hiệu thận trọng. Nếu các nhà thí nghiệm thả rắn ra thì hắc tinh tinh sẽ trèo lên cây hay bước đi dọc theo hàng rào mắt cứ luôn quan sát dưới đất.

Menzel và Halperin chắc chắn rằng hắc tinh tinh đã biết được mình đang kiếm điều gì cho dù chỉ có con đầu đàn là trực tiếp nhìn thấy rắn. Có vẻ bằng cách nào đó con đầu đàn đã truyền đạt mục tiêu tìm kiếm cho các con khác trong nhóm. Trong những thử nghiệm này, nếu con đầu đàn được thả ra nhưng các con khác không theo sau thì con đầu đàn thường đi vài bước, dừng lại, để chờ, đưa mắt nhìn hết con này đến con kia. Nếu các con khác vẫn không đi theo thì con đầu đàn bước lại gần, cố lôi kéo, lúc đầu lôi nhẹ sau đó lôi mạnh hơn.

Nếu nỗ lực "thuyết phục" các con khác vẫn không hiệu quả thì con đầu đàn sẽ lăn tròn dưới đất, kêu thét, bứt tóc trong khi các con khác tụ tập xung quanh và bắt đầu chải chuốt. Sau sự thể hiện như thế, Menzel và Halperin nhận thấy con đầu đàn thường bỏ cuộc không cố gắng dẫn nhóm đi đến chỗ giấu thức ăn nữa. Nhưng nếu có một con đứng lên, mặt hướng về hướng giấu thức ăn, thì con đầu đàn sẽ đi theo, vẫn đi phía sau các con khác với điều kiện các con ấy đi đúng đường. Nếu chúng đi sai đường thì con đầu đàn sẽ nhăn mặt, liếc hết con này đến con khác, và nhìn về hướng mục tiêu, hay chạy đến một con hắc tinh tinh khác, đặt tay lên vai và hướng con này trở lại đúng đường.

Trong một số thử nghiệm, con đầu đàn lên đường, sau đó có vẻ bỏ cuộc, có lẽ bị một điều gì khác đánh lạc hướng – nhưng những con đi theo tiến hành việc lục soát theo hướng tương tự rộng đến 50m. Nỗ lực đánh giá ý nghĩa của hành vi này bất thành, vì nếu Menzel và Halperin cố làm cho con đầu đàn quay lại, nhốt vào chuồng thì nói chung cả nhóm không lục soát nữa. Thay vào đó chúng sẽ rên rỉ và cố tìm cách mở cửa chuồng để giải thoát con đầu đàn.

Có vẻ như thể hắc tinh tinh có khả năng thông báo vị trí của nguồn thức ăn cho các con khác biết, cũng như ở đó thực ra đang có gì – thức ăn, đồ chơi hay một điều gì đó nguy hiểm như rắn chẳng hạn. Tuy nhiên, sự giao tiếp này có thể liên quan đến tính chất nhóm xã hội. Menzel và Halperin nhận thấy hắc tinh tinh "lạ" thờ ơ nếu chúng được cho thấy thức ăn theo cách tương tự và sau đó trở về với nhóm.

DẠY ĐỘNG VẬT SỬ DỤNG NGÔN NGỮ NGƯỜI

Trong nhiều cách, thật có ý nghĩa khi một động vật biết nơi có thức ăn có thể thông báo với nhau về vị trí của mục tiêu quan tâm nhất là thức ăn. Nói chung, nếu loài ong có thể làm được thì tại sao hắc tinh tinh không làm được? Nhưng điều này đặt ra vấn đề khả năng giao tiếp như ngôn ngữ của động vật và số lượng tính linh động ở động vật trong việc tập quen giao tiếp này. Phương pháp nghiên cứu khả năng ngôn ngữ ở hắc tinh tinh thứ ba liên quan đến nỗ lực dạy hắc tinh tinh cũng như động vật thuộc các chủng loài khác cách sử dụng phiên bản ngôn ngữ người.

NGHIÊN CỨU HẮC TINH TINH

Một số thí nghiệm ban đầu trong việc dạy động vật sử dụng ngôn ngữ người bao gồm nỗ lực dạy hắc tinh tinh con nói tiếng Anh. Những nỗ lực này thường bất thành vì hắc tinh tinh không có cấu tạo cơ thể để phát âm như con người. Chẳng hạn, một hắc tinh tinh con, Gua được Kellogg và Kellogg (1933) nuôi cùng với con của mình ở cùng độ tuổi. Mặc dù Gua cũng nhanh như con của Kellogg và Kellogg, và đôi khi nhanh hơn trong việc tập quen cách giải quyết vấn đề thực tế, tổng cộng Gua chỉ học được ba từ. Trong một nghiên cứu tương tự, trong 6 năm, hắc tinh tinh con Vicki sống với gia đình Hayes nhưng chỉ học được bốn từ: "papa" (ba), "mama" (má), "up" (lên) và "cup" (tách, chén) mặc dù Vicki cũng sử dụng những từ này trong những bối cảnh thích hợp (Hayes, 1950).

Washoe

Năm 1969, Gardner và Gardner báo cáo một tiếp cận mới tán thành việc dạy ngôn ngữ người cho hắc tinh tinh. Họ quan sát tín hiệu thị giác rất quan trọng đối với hắc tinh tinh sống hoang dã, và lập luận rằng có lẽ hắc tinh tinh nhìn thấy tín hiệu thị giác nào là tương thích với khuynh hướng tự nhiên của chúng nhiều hơn. Do đó, họ nuôi một hắc tinh tinh con, Washoe, bằng cách dạy cho hắc tinh tinh này – ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính Ameslan.

Washoe học ký hiệu nhanh hơn và thành công hơn Gua hay Vicki học chữ. Hắc tinh tinh chủ yếu được dạy cách sử dụng lập mô hình – được cho xem ký hiệu, sau đó được thưởng nếu làm giống. Nhưng vợ chồng Gardner cũng "định khuôn" bàn tay của hắc tinh tinh thành hình dạng thích hợp khi dạy ký hiệu mới, khi có vẻ hắc tinh tinh này hoàn toàn không chọn ký hiệu bằng cách mô phỏng. Sau khoảng 10 tháng rèn luyện, khi Washoe được 20 tháng tuổi, đã hình thành những câu gồm 2 từ đầu tiên. Vào lúc rời khỏi nhà vợ chồng Gardner ở độ tuổi lên 4, hắc tinh tinh này có khả năng phân biệt 132 từ khác nhau, gồm danh từ, đại từ, tính từ và động từ, cũng như có khả năng tạo ra hơn 30 kết hợp hai từ và ba từ (Gardner và Gardner, 1971). Điều này không tạo ấn tượng khi so với khả năng kết hợp khoảng 3000 từ ở trẻ lên 4, nhưng vẫn còn nhiều hơn nhiều người mà trước đây được xem là có thể.

Vợ chồng Gardner nghĩ ra **trắc nghiệm ràng buộc kép** để loại trừ khả năng hoạt động của Washoe đơn thuần là vấn đề những người rèn luyện muốn chứng kiến hành vi của hắc tinh tinh diễn ra theo ý mình. Trong trắc nghiệm này, một nhà quan sát được định vị theo cách có khả năng nhìn thấy bức tranh chỉ cho Washoe xem và ký hiệu mà Washoe tạo ra, nhưng không phải là bức tranh kích thích. Washoe được yêu cầu mỗi bức tranh phải tạo ra một ký hiệu, và nhà quan sát phải ghi chép Washoe tạo ra ký hiệu gì. Quá trình được ghi hình. Gardner và Gardner nhận thấy trong những tình huống này, Washoe tạo được ký hiệu chính xác đến 72% số lần thử nghiệm. Ngoài ra, khi phạm lỗi Washoe thường ra dấu cho biết có điều gì đó liên quan đến bức tranh giống như ra dấu hiệu đối với mèo khi Washoe nhìn thấy bức tranh chó.

Có nhiều dấu hiệu cho thấy Washoe thực sự tập quen với cách sử dụng ngôn ngữ hơn là hoàn toàn đáp ứng yêu cầu của người rèn luyện. Một trong số này là Washoe có khả năng đưa ra từ mới: lần đầu tiên nhìn thấy thiên nga, người rèn luyện hỏi Washoe "đó là con gì?", Washoe đáp "chim nước". Terrace *và người khác* (1979) cho rằng điều này hoàn toàn là kết quả của việc đặt hai ký hiệu nước và chim kề nhau, giữa chúng không có sự liên kết ngữ nghĩa học nhưng các nhà nghiên cứu khác (chẳng hạn Lieberman, 1984) cho rằng điều này không thể xảy ra. Có những trường hợp khác được Washoe tạo ra với những tiếng thốt mới lạ. Chẳng hạn, trong một trường hợp, khi đặt một búp bê nhỏ vào chén của mình Washoe ra dấu "em bé trong phần nước uống của tôi".

Washoe cũng thường có dấu hiệu tự phát, khởi đầu "trò chuyện" bằng ngôn ngữ ký hiệu với người rèn luyện. Washoe cũng hoàn toàn tự phát phát triển "lời nguyền rủa" – từ ngữ Washoe bổ sung vào lời thốt khác của mình để biểu thị sự khó chịu. Chẳng hạn, Washoe ra dấu "bẩn" đối với tên của người khác nếu họ làm Washoe khó chịu. Ngụ ý cho thấy Washoe sử dụng từ ngữ mình đã học được để hoàn tất ý định truyền đạt: Washoe thực sự sử dụng ngôn ngữ chứ không phải chỉ tạo ra hành vi kích thích – phản ứng.

Bầy đàn Oklahoma

Mặc dù Washoe đạt được mức độ thành thạo đáng kể trong việc sử dụng ký hiệu để giao tiếp nhưng vợ chồng Gardner cho rằng có một số khía cạnh nghiên cứu cần được cải thiện. Một trong số này là Washoe sống một mình chứ không sống với số hắc tinh tinh con khác. Vì thế, giao tiếp bất kỳ mà Washoe đang có khi sử dụng ngôn ngữ ký hiệu đều diễn ra với người rèn luyện mà thôi. Ngoài ra, vợ chồng Gardner cũng trợ lý cần học ngôn ngữ ký hiệu đặc biệt cho cuộc thí nghiệm, vì thế họ cảm thấy rằng có thể mình không sử dụng ngôn ngữ này lưu loát như một người thành thạo ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính. Do đó, khởi sự một nghiên cứu mới bao gồm một nhóm vài con hắc tinh tinh con được con người dạy ký hiệu, bằng cách sử dụng ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính từ thời thơ ấu. Bầy đàn được gọi là **bầy đàn Oklahoma** dưới sự lãnh đạo của Roger Fouts (Fouts, 1972).

Trong số các khả năng khác, sự sắp xếp này giúp Fouts khảo sát liệu hắc tinh tinh ra ký hiệu có truyền đạt cho hắc tinh tinh khác hay không. Khi bản thân Washoe nhận một hắc tinh tinh con tên Loulis, người ta quan sát thấy Washoe dạy cho Loulis ngôn ngữ ký hiệu. Và đoạn phim quay nhóm Oklahoma được tiến hành không có con người nào ở gần đó cho thấy hắc tinh tinh dường như đang ra ký hiệu với nhau và phản ứng với những thông điệp đang được trao đổi.

Fouts cũng tiến hành một loạt thí nghiệm tương tự với thí nghiệm của Menzel trong đó một trong số hắc tinh tinh được cho xem khi đang giấu một điều gì đó, và sau đó hắc tinh tinh này trở về với nhóm còn lại. Sau một thời gian, số hắc tinh tinh khác chứ không phải là hắc tinh tinh ban đầu đều tản ra tìm kiếm. Kết quả của những thí nghiệm này thường tích cực: số hắc tinh tinh khác thường tìm kiếm đúng chỗ, điều này ngụ ý rằng hắc tinh tinh có thể sử dụng ngôn ngữ ký hiệu để thông báo cho nhau đồ vật đang giấu nằm ở đâu – dĩ nhiên, mặc dù nghiên cứu của Menzel ngụ ý rằng sự thông báo như thế thực ra không cần phải ra ký hiệu. Có thể loài khỉ này có khả năng thông báo những khái niệm như thế bằng cách khác.

Giống như Washoe, một số hắc tinh tinh Oklahoma đưa ra những nhóm từ mới, sử dụng ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính để mô tả sự vật mà chúng không biết cách ra ký hiệu. Lucy, một trong số hắc tinh tinh này, mô tả một củ cải đó như "trái cây – khóc – đau". Ngoài ra, đôi khi Lucy còn dùng những phối hợp ký hiệu của riêng mình hơn là những ký hiệu được tập quen. Mặc dù biết ký hiệu diễn tả dưa hấu nhưng đôi khi Lucy lại mô tả "thức uống – trái cây" hay "thức uống – ướp đường". Ngụ ý này một lần nữa cho thấy sự tham gia tích cực trong việc sử dụng ngôn ngữ và một số nhận thức xem ngôn ngữ như công cụ giao tiếp.

Nim Chimpsky

Terrace (1979) cũng tập cho một hắc tinh tinh biết ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính giống như Washoe và số hắc tinh tinh Oklahoma khác đã được tập. Sau 5 năm tập, Nim biết được rất nhiều ký hiệu. Thế nhưng, Terrace cho rằng điều này không biểu thị rằng hắc tinh tinh đã có được ngôn ngữ. Tất cả kỹ năng thể hiện ở Nim, theo ông, có thể giải thích theo nghĩa tập quen kích thích – phản ứng. Theo Terrace như một động vật thông minh, Nim hoàn toàn học cách phân biệt ngày càng sắc sảo hơn, bằng thử nghiệm và sai sót – thực ra Nim nói chung không hề sử dụng ngôn ngữ như công cụ giao tiếp. Terrace *và người khác* (1979) cũng chỉ trích những nghiên cứu dạy hắc tinh tinh ngôn ngữ khác, cho rằng những nghiên cứu này chỉ trình bày sự tập quen kích thích – phản ứng hơn là sử dụng ngôn ngữ lưu loát. Chúng ta khảo sát những chỉ trích này chi tiết hơn.

Terrace (1979) cho rằng cấu trúc ngữ pháp là yếu tố cần thiết trong việc định nghĩa ngôn ngữ. Theo ông, nếu không có cấu trúc như thế thì không thể xem Nim sử dụng được ngôn ngữ. Hơn 18 tháng, Nim ra dấu hơn 19.000 lời thốt ra gồm nhiều từ, với hơn 5000 loại khác nhau. Nhưng khi Terrace tiến hành phân tích dữ liệu, ít có dấu hiệu cho thấy những lời thốt ra này được cấu trúc theo một tập hợp qui luật bất kỳ, ít nhất được tiêu chuẩn mà Terrace đưa ra.

Terrace cũng cho rằng có nhiều chứng cứ cho thấy Nim không nắm vững quy tắc ngữ pháp theo **độ dài lời thốt ra trung bình (mlu)** do ông đưa ra. Nim vẫn luôn ở mức 1,5 từ mlu trung bình – nói cách khác, lời thốt ra của Nim mỗi lần chỉ một, hai từ, mlu của Nim không tăng khi Nim học nhiều hơn. Terrace cho rằng nếu Nim thật sự nắm vững quy tắc ngữ pháp thì lẽ ra phải tạo ra được những câu ngày càng dài hơn. Trong khi Nim đã tạo được những câu dài nhưng chúng thường lặp lại chẳng hạn như "cho chuối tôi chuối ăn". Câu này hoàn toàn không giống với câu nhiều từ của trẻ, vì thế, theo Terrace không thể được xem là ngôn ngữ trong ý nghĩa hình thức bất kỳ.

Mặc dù cũng có một số hoài nghi chẳng hạn như suy nghĩ của chính Terrace ảnh hưởng đến cách hiểu dữ liệu của ông đến mức nào. Chẳng hạn, Nim luôn đặt "nhiều hơn" trong vị trí thứ nhất ở các câu 2 từ. Nhưng Terrace không xem trọng điều này như minh họa hiểu biết từ liên quan và cho rằng hắc tinh tinh không biết từ khác bất kỳ để diễn đạt sự việc thường xảy ra, vì thế có thể là do thói quen hơn là hiểu được mối quan hệ. Terrace cho rằng trong khi Nim thực sự có vẻ hiểu được cấu trúc ngữ pháp thì điều này hoàn toàn là do bắt chước người rèn luyện, mà Terrace xem đó là "sự đánh lừa". Có lúc người ta tự hỏi hoạt động ở một trẻ nhỏ có thể đứng vững ra sao trong điều kiện nghiên cứu tỉ mỉ, khắt khe như thế!

Sarah

Một tiếp cận khác trong việc dạy ngôn ngữ cho hắc tinh tinh được Premack và Premack (1972) tiến hành. Họ dạy hắc tinh tinh tên Sarah giao tiếp bằng cách sử dụng những ký hiệu bọc nhựa cắm vào một bảng từ tính. Ký hiệu tượng trưng cho những khái niệm chẳng hạn như "thích", "chuối", "ăn", v.v... Trong giai đoạn đầu nghiên cứu, Sarah được thưởng nếu sử dụng đúng ký hiệu. Mặc dù phần thưởng đôi khi là vật chất như trái cây, nhưng củng cố bằng lời cũng đủ thích hợp – chẳng hạn như người rèn luyện nhận xét "Tốt lắm, Sarah". Khi phải học cách kết hợp khái niệm với ký hiệu, Sarah phải học cách kết hợp chúng thành các câu 2 từ và sau này 3 từ. Sau cùng, vốn từ được mở rộng không chỉ gồm danh từ, mà còn động từ, tính từ, các khoảng phân loại chung (như "màu của") và câu hỏi.

Khi nắm vững hệ thống, Sarah chứng minh mình có khả năng giải quyết một số vấn đề phức tạp, kể cả việc sử dụng mối quan hệ điều kiện như "nếu ... thì" và so sánh giữa các đồ vật khác nhau, chẳng hạn như nhận biết liệu hai đồ vật "giống" hay "khác nhau". Sarah cũng học cách phản ứng chính xác đối với ký hiệu mang nghĩa "hãy nói tên của", ngụ ý rằng Sarah có khả năng suy nghĩ trừu tượng về hệ thống giao tiếp mình đang sử dụng. Trong một trắc nghiệm ràng buộc kép, người rèn luyện không biết ý nghĩa của ký hiệu (vì thế không thể chọn ra gợi ý xã hội), Sarah vẫn thực hiện tốt trên trung bình mặc dù không tốt như đã thể hiện với người rèn luyện hàng ngày quen thuộc với mình (Premack, 1983).

Có nhiều hạn chế trong cách sử dụng hệ thống này, một trong số này là Sarah có vẻ không hiểu khái niệm trật tự từ hay cú pháp vốn rất quan trọng trong việc sử dụng ngôn ngữ người, hay ít nhất trong tiếng Anh. Trật tự từ không quan trọng trong một số ngôn ngữ người như tiếng Phần Lan, vì thế có thể đây không phải là chỉ trích có giá trị. Có lẽ quan trọng hơn là chỉ trích cho rằng Sarah không hề sử dụng hệ thống tự phát, để khởi đầu cuộc trò chuyện mặc dù Sarah sẵn sàng trả lời khi người rèn luyện hỏi một điều gì đó. Không sử dụng tự phát có vẻ ngụ ý rằng có sự khác nhau giữa cách Sarah sử dụng ký hiệu và cách con người sử dụng ngôn ngữ.

Lana

Rumbaugh, năm 1977, báo cáo thí nghiệm dạy hắc tinh tinh ngôn ngữ ở Trung tâm linh trưởng Yerkes, Atlanta. Lana được dạy cách sử dụng bàn phím vi tính, được cho xem ký hiệu gọi là biểu đồ từ vựng trên màn hình. Cũng như với Sarah, biểu đồ từ vựng liên kết với các khái niệm khác nhau. Mặc dù trong trường hợp của Lana có một dải rộng ký hiệu phải chọn. Để đạt được mục đích, Lana không chỉ phải sử dụng đúng ký hiệu mà còn diễn đạt những câu theo đúng trật tự từ, theo một tập hợp quy tắc ngữ pháp gọi là "tiếng Yerkes". Lana được thưởng nếu đưa ra yêu cầu chính xác bằng cách được cung cấp phim, ảnh, nhạc, thức ăn và thức uống.

Rumbaugh báo cáo rằng, sử dụng hệ thống này, Lana có khả năng học được sự khác nhau về ngữ nghĩa trong một trật tự từ – chẳng hạn như sự khác nhau giữa "Tim cho Lana táo" và "Lana cho Tim táo". Trong nhiều trường hợp, Lana tự mình sửa khi đang "viết". Lana cũng phối hợp từ tạo thành tên gọi đồ vật mà mình không biết. Chẳng hạn khi lần đầu tiên nhìn thấy chiếc nhẫn, Lana gọi nó là "vòng – ngón tay

Tuy nhiên, vẫn còn một hoài nghi liệu Lana có học được ngôn ngữ hay không hay chỉ đơn thuần tập quen cách liên tưởng kích thích với phản ứng. Savage-Rumbaugh *và người khác* (1983) cho thấy rèn luyện Lana chấp nhận khả năng có thể của hai loại tập quen, không có vẻ Lana hoạt động tốt trong những trắc nghiệm nhận thức cụ thể. Chẳng hạn, trong khi rèn luyện, đưa cho Lana xem trái cây rồi hỏi trái cây này tên gì, nếu trả lời đúng tên trái cây thì Lana được tự do chọn phần thưởng kể cả chính loại trái cây ấy nếu Lana muốn. Phương pháp rèn luyện này có thể hiểu theo hai cách. Khi gọi đúng tên trái cây, có nghĩa Lana đã học được tên trái cây ấy, hoặc hoàn toàn có nghĩa rằng Lana đã học cách tạo ra phản ứng ấy khi nhìn thấy kích thích ấy.

Hắc tinh tinh Yerkes

Do kết quả nghiên cứu Lana, và tính không chắc chắn tạo ra từ phương pháp rèn luyện này, Savage-Rumbaugh *và người khác* (1978) tiếp tục rèn luyện hai hắc tinh tinh khác, Austin và Sherman. Mặc dù được tập theo cách giống với Lana, có một số khác biệt chính giữa chúng trong quá trình rèn luyện. Một trong số này là khi đưa cho hắc tinh tinh xem một mẫu trái cây và gọi đúng tên, thì phần thưởng duy nhất hắc tinh tinh nhận được sẽ là trái cây chứ không phải là sự chọn lựa phần thưởng tự do.

Tiếp cận mới trong cách rèn luyện có vẻ thành công hơn tiếp cận áp dụng với Lana. Năm 1980, Savage-Rumbaugh *và người khác* báo cáo một trắc nghiệm nhận thức hóa phức tạp dành cho hắc tinh tinh. Giai đoạn đầu, việc phân loại một tập hợp thức ăn pha trộn cũng như công cụ nằm trên hai khay theo hai nhóm này. Sau đó yêu cầu hắc tinh tinh nhận dạng các nhóm đồ vật: người rèn luyện sẽ cầm một đồ vật đưa lên, còn hắc tinh tinh phải trả lời bằng cách đè vào phím phân loại thích hợp. Trong giai đoạn thứ ba, yêu cầu hắc tinh tinh phân loại ảnh chụp đồ vật chứ không phải là đồ vật nữa, và trong giai đoạn thứ tư, yêu cầu hắc tinh tinh phân loại biểu đồ ngôn ngữ tương ứng với đồ vật.

Vì thế, trắc nghiệm này giúp các nhà nghiên cứu không những đánh giá đơn thuần liệu hắc tinh tinh có hiểu biết nhận thức đồ vật hay không (đây là vấn đề quan trọng), mà còn mức độ trừu tượng hắc tinh tinh hoạt động và liệu thực sự hắc tinh tinh có hiểu được ký hiệu của tiếng "Yerkes" tương ứng với đồ vật. Lana không thể vượt quá giai đoạn thứ nhất nhưng Austin và Sherman đáp ứng với mức độ chính xác cao trong suốt cuộc trắc nghiệm này.

Trong trắc nghiệm khác, hai hắc tinh tinh được yêu cầu cho biết về đồ vật nhưng không được đưa ra cụ thể. Trước tiên hắc tinh tinh được phép tìm hiểu một bàn có nhiều món ăn khác nhau. Sau đó hắc tinh tinh phải đi vòng qua một vách ngăn đến bàn phím và yêu cầu một trong những món thức ăn này. Khi yêu cầu, lúc đó thức ăn nằm khuất tầm mắt. Một khi hắc tinh tinh được người rèn luyện cho phép, sẽ đi vòng trở lại bàn lấy món thức ăn đã được gọi tên và mang đến cho người rèn luyện. Austin và Sherman cũng có khả năng đảm nhiệm công việc này thành công.

NGHIÊN CỨU Ở CÁC CHỦNG LOÀI KHÁC

Không chỉ có hắc tinh tinh mới được tập bằng loại phương pháp này, các nhà nghiên cứu còn sử dụng nhiều chủng loài khác để tìm hiểu xem có thể tập động vật sử dụng ngôn ngữ hay không. Một số chủng loài này có mức độ thành tựu rất hạn chế, nhưng số khác tạo ấn tượng nhiều hơn.

Đười ươi

Laidler (1980) cố gắng dạy Cody, một đười ươi con cách phát âm. Trong 8 tháng tập, Cody chỉ học được 4 từ nhưng có khả năng sử dụng những từ này để phân biệt giữa thức ăn và thức uống, được chải lông hay được ẵm. Ngoài ra trong thí nghiệm hắc tinh tinh có thể so sánh, Vicki phải mất 6 năm mới học được 4 từ tương tự. Laidler cảm thấy rất tự tin, nếu tiếp tục nghiên cứu, lẽ ra Cody sẽ có khả năng học được vốn từ mở rộng hơn, nhưng từ tính chất nghiên cứu khá ngắn nên không thể đánh giá liệu điều này có đúng hay không.

Khỉ đột

Patterson (1978) báo cáo nghiên cứu tập cho khỉ đột con Koko học ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính. Sau khoảng 1 năm, một khỉ đột con khác tên Michael được bổ sung vào dự án.

Patterson nhận thấy cả hai dường như học cách sử dụng ký hiệu khá dễ dàng và sẵn sàng sử dụng chúng để giao tiếp với nhau. Chẳng hạn, trong thời gian tập 7 năm, Koko học được khoảng 400 ký hiệu. Chúng khởi sự "chuyện trò" với nhau và với Patterson, cũng như đáp ứng các yêu cầu và mệnh lệnh trực tiếp. Patterson báo cáo rằng Koko đã phát triển 20 cách phối hợp ký hiệu để diễn đạt từ mà Koko không biết.

Khỉ đột cũng có vẻ sử dụng ký hiệu học được để giao tiếp với nhau. Patterson báo cáo một trường hợp trong đó một khỉ đột nhỏ tuổi hơn, Michael, muốn bước vào nhà lưu động để kết bạn cùng Patterson và Koko. Patterson từ chối không cho Michael vào chừng nào Michael thể hiện đúng ký hiệu mới được vào. Qua cửa sổ, Koko ra hiệu với Michael, Michael bắt chước theo và được cho vào. Khi Michael vào được nhà lưu động, Koko ra hiệu "dấu hiệu tốt lành, Michael".

Có nhiều trường hợp khác ngụ ý rằng khỉ đột tập quen sử dụng ngôn ngữ ký hiệu hơn là đơn thuần tạo ra phản ứng đối với kích thích tập quen thông qua biến đổi điều kiện ngoại cảnh. Một trong số này là sự khái quát hóa từ: Patterson báo cáo rằng, như Washoe, Koko đã phát triển "lời nguyền rủa". Koko sử dụng những từ "dơ bẩn" và "vệ sinh" khi bị người nào đó quấy rầy. Thậm chí Koko còn hiểu được nghĩa đen của những ký hiệu này và sử dụng chúng phù hợp trong các bối cảnh khác cũng như sử dụng theo nghĩa công kích.

Dấu chỉ báo khác mà Koko có thể phát triển một số khả năng ngôn ngữ thật sự là sự phát triển lời nói quanh co (trong bối cảnh này từ khác để nói dối hay ít nhất nói lên những điều không nên hiểu bằng nghĩa đen). Patterson báo cáo nhiều trường hợp trong đó Koko sử dụng ngôn ngữ không thích hợp như một phần của trò chơi. Chẳng hạn khi yêu cầu "hãy cho tôi biết một điều gì đó bạn nghĩ là thú vị", Koko ra dấu "màu đỏ đó", chỉ tay hướng về con ếch đồ chơi màu xanh lục.

Cá heo

Năm 1965, Lilly một loạt nghiên cứu với cá heo biểu thị rằng cá heo có thể học ngôn ngữ người bằng cách nhại lại. Lilly bắt đầu thưởng cho cá heo phát ra âm thanh gồm nhiều âm tiết vô nghĩa do người rèn luyện thốt ra. Dần dần, âm thanh này được trau chuốt cho đến khi cá heo phối hợp mỗi âm thanh theo từng âm tiết. Cá heo học làm điều này rất nhanh, không cần tập lâu và củng cố nhanh hơn hầu hết các động vật khác. Sau đợt tập này Lilly nhận thấy cá heo có khả năng đếm đến 10 và phát âm một số từ tiếng Anh đơn giản. Nhưng sự nhại lại không phải là khả năng ngôn ngữ và mặc dù dự án tiếp theo sau nghiên cứu khả năng có thể phát triển một hệ thống ngôn ngữ hỗ tương giữa cá heo và người, nhưng theo báo cáo tiến bộ không nhiều.

Herman, Richards và Wolz (1984) tập hai cá heo phản ứng với một ngôn ngữ đặc biệt, trong đó cá heo chứng tỏ sự hiểu biết của mình bằng cách phản ứng phù hợp với yêu cầu – người ta không nghĩ chúng tự tạo ngôn ngữ. "Ngôn ngữ" bao gồm các yếu tố cú pháp chẳng hạn như quy tắc trật tự từ (chẳng hạn "đồ vật luôn đi trước hành động") cũng như một vốn từ rộng. Hai cá heo tham gia dự án, mỗi con được tập theo một hình thức ngôn ngữ khác nhau. Trong phiên bản dạy cho cá heo Akeakamai, "từ ngữ" được báo hiệu bằng bộ dạng, hay hành động đặc biệt, được một người nào đó đứng ven hồ chấp nhận. Cá heo khác, Phoenix, tập quen một phiên bản trong đó tín hiệu là những tiếng động ngắn do máy tính tạo ra.

Hai cá heo học rất nhanh, có khả năng đáp ứng phù hợp đối với nhiều từ ngữ (xem Bảng 24.2). Trong một thí nghiệm, Akeakamai được cung cấp 193 câu hoàn toàn mới và trả lời chính xác đối với tất

Bảng 24.2 Từ và nhóm từ do cá heo Akeakamai học được

Tác nhân

Akeakamai

Đồ vật

Cửa sổ	Lưới	Rổ
Người	Loa	Bóng
Tẩu thuốc	Đĩa nhựa	Nước
Vòng	Cá	Ván trượt
Chim phượng hoàng		

Hành động

Chạm đuôi	Chạm vây ức
Đi qua	Vượt qua
Lặn	Ném đồ vật vừa gọi tên
Phun nước ở mũi nhắm vào đồ vật khác	Đặt đồ vật trên hay trong
Dùng mũi nắm bắt	Đưa một đồ vật đến nơi khác

Từ khác

Có	Không	Xóa	Trái	Phải

Nguồn: Phỏng theo Herman và người khác, 1984

cả số câu này. Trong thí nghiệm, tất cả đồ vật mà cá heo này quen thuộc đều có trong hồ cùng với cá, vì thế đối với cá heo không thể "được gợi ý" vô tình bởi thiết bị được cung cấp.

Cũng có vẻ mặc dù cá heo học được cách sử dụng một loại ngữ pháp theo nghĩa khi đột nhiên cá được cung cấp câu 4 từ, trong khi trước đây chỉ có kinh nghiệm với câu 2, 3 từ, cá đều phản ứng thích hợp. Nếu không có thành phần ngữ pháp ở mức độ nào đó thì lẽ ra cá nhận thấy trắc nghiệm này khó hơn vì trật tự từ rất quan trọng trong việc hiểu nghĩa của câu. Cá heo cũng chứng minh rằng mình có thể tìm thấy đồ vật không được đưa ra trước mắt hoặc vì chúng bị giấu đi, cá phải bơi và ngoạm lấy chúng (thay thế không gian) thay vì chúng chưa được bỏ xuống nước (thay thế thời gian). Cá cũng học cách ra dấu bằng cách đè vào mái chèo khi yêu cầu hoàn tất một công việc đang bỏ sót.

Herman *và người khác* xem xét nghiên cứu của mình để chứng minh rằng cá heo có khả năng hiểu một số hình thức ngôn ngữ. Ở chỗ hành vi của cá cho thấy có sự hiểu biết mức độ cú pháp hơn là hoàn toàn theo nghĩa kích thích – phản ứng. Mặc dù vấn đề ở chỗ cá heo tự bản thân không tạo ra ngôn ngữ và điều này có thể là một yêu cầu quan trọng nếu thừa nhận sự sử dụng ngôn ngữ thật sự. Khung 24.1 đề cập một số vấn đề khác có thể liên quan trong việc giao tiếp ở cá heo và cá voi.

NHƯNG ĐÂY THỰC SỰ CÓ PHẢI LÀ NGÔN NGỮ HAY KHÔNG?

Những thí nghiệm này thành công đến mức độ nào? Hắc tinh tinh, khỉ đột và cá heo thực ra có học cách sử dụng ngôn ngữ hay không? Hay chúng chỉ đạt đến hình thức phức tạp của sự tập quen kích thích – phản ứng? Đây là vấn đề gây nhiều tranh luận vì nhiều lý do. Ngày nay ngôn ngữ được xem là yếu tố phân biệt chính giữa người và động vật. Lý do chú ý đến ngôn ngữ một phần là do việc không có định nghĩa ban đầu, được phát hiện như những động vật biết sử dụng và tạo ra công cụ, v.v... Vì thế, khẳng định rằng động vật có thể học được cách sử dụng ngôn ngữ đã đánh trúng cuộc chiến tranh cân não đối với những người thích xem con người khác nhau về chất so với động vật. Những người khác đều hoài nghi về việc liệu các nhà nghiên cứu có hoàn toàn thuyết phục được chính mình hay không nếu không có chứng cứ chính xác.

Một trong những chỉ trích chính đối với quan điểm cho rằng loài khỉ có khả năng học cách sử dụng ngôn ngữ là Noam Chomsky (1972), như chúng ta đọc trong Chương 4, ông cho rằng ngôn ngữ ở con người lệ thuộc vào cấu trúc sinh học, bẩm sinh ở động vật không hề có.

Khung 24.1 Tìm hiểu cá voi và cá heo

Kể từ nghiên cứu tiên phong của Lilly vào đầu thập niên 1960 (như Lilly, 1965), các nhà nghiên cứu tìm kiếm cách giao tiếp với cá heo có những vấn đề kỹ thuật thấy rõ trong nỗ lực này nhưng cũng có những vấn đề ngoài kỹ thuật. Phải thẳng thắn đối với vấn đề, sự giao tiếp như thế đầu tiên diễn ra ở mức độ nào. Những người hoài nghi cho rằng con người khi giao tiếp với nhau cũng đủ rắc rối – chẳng hạn, so sánh với việc hầu như hoàn toàn không hiểu cách sống của nhau ở người Bắc Mỹ da trắng và thổ dân châu Úc. Có những khác nhau trong thái độ của mỗi nhóm đối với kinh nghiệm của riêng mình mang tính cơ bản, đến mức một số người nhận xét hai nhóm này hầu như không có vấn đề tiếp xúc: sự khác biệt lan sang suy nghĩ về cái tôi và nhận dạng, tính chất tương tác ở con người với thế giới tự nhiên, sự tồn tại hay không tồn tại các khía cạnh trạng thái phi vật chất, v.v... Tuy nhiên, ít nhất con người cũng có lợi thế rằng mình đang hoạt động trong những kiềm chế sinh lý giống nhau.

Thế kinh nghiệm giữa cá heo và cá voi khác nhau nhiều đến mức nào với những khả năng cơ thể và hiểu biết hình thành trên khả năng ấy khác nhau nhiều như thế? Các nhà nghiên cứu cũng hoài nghi rằng những động vật này khá thông minh, được biểu hiện qua sự phát triển bộ não sinh lý của cá cũng như tính sẵn sàng thích nghi với yêu cầu do những người thí nghiệm đặt ra. Nhưng tính chất của sự thông minh ấy là gì? Và đây có phải là sự thông minh mà chúng ta có thể tìm hiểu hay không?

Con người phát triển hiểu biết của mình về thế giới thông qua sự tác động đến môi trường. Con người **khai thác** sự vật, học hỏi kết quả từ sự khai thác ấy. Con người được trang bị tốt về mặt sinh lý học để làm điều này, có bàn tay cơ động, ngón cái có thể đối lập vẫn còn tự do trong khi con người bước đi. Vì thế con người rất nhạy cảm đối với hình thức tập quen này: các nhà tâm lý học phát triển nhận thấy trẻ phản ứng mạnh nhất đối với giao dịch xã hội và đối với những thay đổi môi trường tùy thuộc vào hoạt động của trẻ. Đối với chúng ta, sự khai thác và làm thế giới của mình thay đổi là yếu tố cơ bản.

Tuy nhiên, cá heo được trang bị khác hẳn. Tính chất của sự tương tác giữa cá heo với môi trường có lẽ kém phức tạp hơn nhưng về cơ bản **mang tính thử nghiệm** hơn là khai thác. Cá heo được trang bị tuyệt hảo để bơi, để săn và để nô đùa, quan sát về cách cá heo tìm hiểu môi trường cho thấy cá sử dụng tốt trí thông minh của mình. Nhưng đây là cách tương tác với môi trường, khác hẳn với cách tương tác được xã hội con người phương Tây chấp nhận. Nghiên cứu trí thông minh ở cá heo chẳng hạn bắt đầu bằng việc khảo sát cá heo có thể học cách khai thác đồ vật hay ký hiệu tốt đến mức nào, hoàn toàn xuất phát sai lầm – giống như xã hội của loài ong thông minh cố đánh giá trí thông minh của người bằng cách xem chúng ta hiểu ánh sáng phân cực trong việc tìm nguồn thức ăn hay xây dựng các tổ sáp hiệu quả ra sao.

Tuy nhiên, một số nhà nghiên cứu cho rằng ít nhất cũng có điểm xuất phát. Bateson (1973) lập luận giao tiếp của động vật trong xã hội, nhất là cá voi và cá heo rất có khả năng liên quan đến **mối quan hệ** hơn mọi thứ khác. Nỗ lực hình thành cơ sở giao tiếp sử dụng quan điểm ấy là điểm xuất phát, theo Bateson chắc chắn hiệu quả hơn cách tiếp cận hời hợt hoàn toàn trên cơ sở khuôn khổ khai thác của phương Tây.

Dấu hiệu lạc quan khác có thể chính cá heo có vẻ đang cố gắng giúp đỡ. Cá heo mới trong các trung tâm nghiên cứu thường bỏ ra vài ngày lập lại "tiếng huýt sáo đặc biệt" khá đơn giản đối với người mà chúng tương tác mặc dù cá cũng sử dụng những tín hiệu phức tạp hơn khi giao tiếp với số cá heo khác (Richards, 1986). Hành động gợi nhớ cách các nhà thám hiểm từng cố gắng hình thành sự giao tiếp với những con người xa lạ bằng cách lặp đi lặp lại các nhóm từ đơn giản, bắt đầu bằng việc nói tên của mình. Có thể nỗ lực giao tiếp với cá heo nên bắt đầu từ một xuất phát điểm khác, xuất phát điểm cho phép cá heo dạy chúng ta biết được ngôn ngữ của nó bằng cách của riêng nó.

Chomsky cho rằng chỉ có con người mới có ngôn ngữ, động vật không thể có được. Chỉ trích nghiên cứu hắc tinh tinh học ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính của Terrace *và người khác* (1979) tiếp theo sau là tiếp cận lý thuyết của Chomsky, phần lớn tập trung vào phần quan trọng của cú pháp – và nhất là trật tự từ – trong một ngôn ngữ thật sự.

Tranh luận phương pháp luận

Terrace *và người khác* cũng đưa ra nhiều chỉ trích về phương pháp luận, một số gây nhiều tranh cãi. Chẳng hạn, Terrace khẳng định rằng khi xem qua đoạn phim trắc nghiệm "ràng buộc kép" của Washoe, có thể nhận thấy vợ chồng Gardner tiến hành **gợi ý** vô tình. Ông cũng khẳng định rằng Washoe không ra dấu tự phát, và việc thiếu khả năng ngôn ngữ được thể hiện ở Nim Chimpsky, chứng minh rằng thực ra hắc tinh tinh không có khả năng ngôn ngữ. Tuy nhiên, không phải ai cũng đồng ý với Terrace. Một số nhà nghiên cứu khác, nhất là Lieberman (1984), phủ nhận những khẳng định này, lập luận rằng đoạn phim *không* thể hiện dấu hiệu gợi ý vô tình, và chứng cứ đáng kể về sau này cho thấy hắc tinh tinh ra dấu tự phát. Ngoài ra, Lieberman cho rằng Nim Chimpsky, không giống số hắc tinh tinh, được một chuỗi các nhà rèn luyện nuôi lớn, có nghĩa là hắc tinh tinh liên tục hình thành và phá vỡ những gắn bó cá nhân mật thiết có thể sự xáo trộn này, khiến cho hắc tinh tinh bị hạn chế trong việc tập quen.

Chỉ trích của Terrace không áp dụng vào trường hợp rèn luyện khỉ đột của Patterson hay đối với hắc tinh tinh Yerkes, và chứng cứ từ những nghiên cứu này có vẻ phản đối phần lớn chỉ trích mà Terrace đưa ra. Nhiều người tán thành "dạy hắc tinh tinh ngôn ngữ" cho rằng, từ sau thí nghiệm ngôn ngữ ký hiệu Mỹ đầu tiên, trò chơi "dời cột goal" phức tạp đang diễn ra. Ban đầu, những người chỉ trích cho rằng hắc tinh tinh không có khả năng phát triển nhiều hơn một vốn từ rất hạn chế như kết quả trong các thí nghiệm tập phát âm. Nhưng như chúng ta chứng kiến, khi các nhà nghiên cứu bắt đầu sử dụng ngôn ngữ thị giác thích hợp với khả năng của động vật nhiều hơn thì động vật có được vốn từ mở rộng hơn.

Khi điều này diễn ra, cột goal được dời chỗ, sau đó những người chỉ trích lại cho rằng điều đó không thể là ngôn ngữ vì hắc tinh tinh không sử dụng ngôn ngữ theo cách hình thành – chúng chỉ tạo ra những tiếng thốt mới lạ. Nhưng khi cả hắc tinh tinh và khỉ đột bắt đầu phối hợp từ để tạo ra những lời thốt mới lạ như thế, thì số người chỉ trích một lần nữa thay đổi tiêu chí của mình cho rằng, nếu không phù hợp với tiêu chuẩn cú pháp như trật tự từ thì không thể xem đó là ngôn ngữ thật sự. Tuy nhiên, như chúng ta đã biết, một số ngôn ngữ người, nhất là tiếng Phần Lan, không có trật tự từ. Tiêu chuẩn khắt khe hiện nay đang áp dụng cho ngôn ngữ loài khỉ cũng không phù hợp với mọi ngôn ngữ người.

Dĩ nhiên, vấn đề thực ra không phải đơn thuần là thảo luận học thuật. Vấn đề là liệu có sự khác nhau về chất giữa động vật và người hay không hay, sự khác nhau bất kỳ hoàn toàn là về lượng. Như thế, đây là vấn đề tranh luận không hẳn được giải quyết dứt điểm. Một số người luôn tìm cách phân định rạch ròi giữa người và động vật, trong khi số khác tìm kiếm những sự giống nhau giữa cả hai. Không hẳn hai bên sẽ đi đến nhất trí.

Đặc điểm thiết kế ngôn ngữ của Hockett

Vì thế, nếu nói chung chúng ta phải đánh giá chủ đề này thì cũng cần nên hiểu rõ mình phải xét ngôn ngữ ra sao. Để làm như thế phải tìm hiểu cách sử dụng tiêu chuẩn đối với sự sử dụng ngôn ngữ đã được hình thành, trước khi cuộc tranh

Bảng 24.3 Đặc điểm thiết kế ngôn ngữ con người của Hockett

1. *Xướng âm/ thính giác*	Được chuyển tải bằng âm thanh do một người xướng âm và người khác nhận được bằng thính giác.
2. *Phát thanh/ định hướng*	Âm thanh được phát ra nhưng người nhận có khả năng cho biết hướng âm thanh xuất phát.
3. *Biến mất nhanh*	Tín hiệu nhanh chóng biến mất.
4. *Phản hồi toàn bộ*	Người nói có thể nghe điều mình đang nói.
5. *Khả năng hoán đổi*	Cùng một người có thể phát và nhận thông tin.
6. *Chuyên môn hóa*	Chức năng của lời nói thuần túy để giao tiếp, không phải là sản phẩm phụ của một số hành vi khác.
7. *Tính ngữ nghĩa*	Ngôn ngữ có ý nghĩa.
8. *Tính tùy tiện*	Ngôn ngữ không giống với ý nghĩa của nó.
9. *Chuyển giao truyền thống*	Ngôn ngữ truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác.
10. *Khả năng tập quen*	Có thể tập quen hình thức ngôn ngữ mới.
11. *Tính cụ thể*	Ngôn ngữ được sắp xếp thành những đơn vị cụ thể, riêng biệt, thông tin được mã hóa theo cách phối hợp những đơn vị này.
12. *Tính hai mặt của mẫu*	Mẫu, ngôn ngữ hoạt động ở nhiều mức độ: ở mức độ sắp xếp các hình vị thành từ và ở mức độ sắp xếp từ thành câu.
13. *Sự thay thế*	Ngôn ngữ giúp cho người nói ám chỉ sự vật không được trình bày trực tiếp trong không gian và thời gian.
14. *Tính công khai/hiệu quả*	Ngôn ngữ dùng để tạo ra những lời thốt ra mới lạ mang nghĩa mới.
15. *Tính quanh co*	Ngôn ngữ cho phép người nói đề cập vấn đề không xảy ra hay không thể có. Tóm lại là nói dối.
16. *Tính phản ánh*	Ngôn ngữ dùng để nói về chính mình như đang diễn ra ở đây.

Nguồn: Phỏng theo Hockett, 1959

luận này đi đến chỗ gay gắt. Năm 1959, Hockett đưa ra một loạt tiêu chuẩn đối với ngôn ngữ nói gọi là **đặc điểm thiết kế Hockett**, được liệt kê trong Bảng 24.3. Hai đặc điểm đầu rõ ràng không áp dụng vào ngôn ngữ như đã dạy cho động vật nhưng sau đó cũng không áp dụng vào ngôn ngữ ký hiệu ở con người. Nhưng tất cả ngôn ngữ dạy cho loài khỉ đều phù hợp với tiêu chuẩn thứ ba và thứ tư với sự biến mất nhanh chóng và phản hồi toàn bộ. Ngôn ngữ dạy cho loài khỉ tất cả có thể hoán chuyển lẫn nhau, mặc dù điều này không áp dụng vào nghiên cứu cá heo của Herman.

Tiêu chuẩn thứ sáu là liệu ngôn ngữ có được chuyên môn hóa hay không, và điều này áp dụng trong nghiên cứu loài khỉ lẫn cá heo. Đối với tiêu chuẩn thứ bảy về tính ngữ nghĩa, chứng cứ cho thấy rất rõ cả loài khỉ lẫn cá heo có thể hiểu được từ ngữ chúng đang sử dụng. Vợ chồng Gardner (1969) chứng minh sự hiểu biết của Washoe, sử dụng trắc nghiệm ràng buộc kép, còn khắt khe hơn những trắc nghiệm mà Terrace chỉ trích, và những trắc nghiệm này cho thấy Washoe ra dấu đúng trong 72% các cuộc thử nghiệm. Khi Washoe phạm sai lầm, những sai lầm này không phải ngẫu nhiên mà kết hợp với nhau theo nhiều cách giống như ra hiệu "mèo" khi gặp bức hình chó. Cá heo cũng có vẻ nắm bắt tốt ý nghĩa của từ, và những trắc nghiệm khắt khe ngăn cản chúng không có những "gợi ý" vô tình.

Không phải hắc tinh tinh nào cũng hình thành tính ngữ nghĩa không bị nghi ngờ. Savage-Rumbaugh *và người khác* (1983) cho rằng Lana hoàn toàn tập quen bằng liên tưởng kích thích – phản ứng, và Sarah chỉ có khả năng làm như thế. Nhưng đối với Austin và Sherman thì kém hơn nhiều. Terrace (1979) quả quyết rằng số hắc tinh tinh học ngôn ngữ ký hiệu Mỹ khác cũng chỉ mô tả tập quen kích thích – phản ứng, như chúng ta đã biết, nhiều nhà nghiên cứu trong lĩnh vực bất đồng kết luận của ông.

Tiêu chuẩn thứ tám, tính tùy tiện áp dụng cho mọi ngôn ngữ sử dụng trong nghiên cứu động vật. Cũng có một số chứng cứ về sự chuyển giao truyền thống thứ chín, vì đoạn phim video về nhóm hắc tinh tinh Oklahoma quay cảnh hắc tinh tinh ở một mình, cho thấy chúng cũng ra dấu với nhau cũng như phản ứng trước thông tin của hắc tinh tinh khác (Fouts, 1972). Như chúng ta đã biết, Washoe ít nhất cũng tự mình dạy cho một hắc tinh tinh khác trẻ hơn ra dấu.

Khả năng tập quen

Tiêu chuẩn khả năng tập quen thực ra không được nghiên cứu dứt khoát. Chắc chắn có những ám chỉ cho rằng động vật có thể tìm hiểu những phối hợp mới trong các yếu tố ngôn ngữ của chúng. Herman, Richards và Wolz (1984) trình bày cho cá heo Akeakamai 193 câu hoàn toàn mới. Cá heo này giải quyết mỗi câu rất chính xác. Vì các câu cũng bao gồm trật tự từ, kết quả ngụ ý rằng cá heo kiểm soát việc hiểu biết và tập quen một số cách sử dụng ngôn ngữ mới. Một số hắc tinh tinh thể hiện tính linh động trong ngôn ngữ của mình: Fouts (1972) mô tả Lucy một hắc tinh tinh trong bầy đàn Oklahoma gọi dưa hấu là "thức uống – trái cây" hay "thức uống ướp đường" cho dù Lucy biết tên trái cây này.

Tính cụ thể

Ngôn ngữ dạy cho những động vật này trong những nghiên cứu này đều có những đơn vị cụ thể, riêng biệt, hầu như tất cả động vật đều cho thấy chúng có thể phối hợp ký hiệu để tạo ra ý nghĩa: Washoe hình thành những câu 2 từ đầu tiên khi 20 tháng tuổi, và thậm chí Sarah và Lana cũng có khả năng tạo ra các câu hai, ba từ đơn giản gồm những đơn vị riêng biệt. Mặc dù điều này không giống với khả năng của một đứa trẻ nhưng chúng ta phải nên nhớ ngôn ngữ là một hành vi đặc trưng cho chủng loài đối với con người chứ không phải đối với loài khỉ hay cá heo.

Tính hai mặt của mẫu

Tiêu chuẩn tính hai mặt của mẫu liên quan đến ngữ pháp. Chomsky (1959) cho rằng con người có ý thức bẩm sinh về ngữ pháp, làm cho ngôn ngữ người độc đáo và đặc biệt. Chomsky cho rằng điều này diễn ra qua trật tự từ. Terrace theo mô hình của Chomsky quả quyết rằng hắc tinh tinh không thể sử dụng ngôn ngữ thật sự vì chúng không sử dụng trật tự từ. Terrace lập luận bất kể vài ngàn "lời thốt ra" của Nim Chimpsky, không có biểu thị nào về sự nhận biết trật tự từ và trong bất kỳ nghiên cứu khác cũng không có chứng cứ như thế. Nhưng các nhà nghiên cứu khác không đồng ý. Rumbaugh (1977) chứng minh rằng Lana hiểu được sự khác nhau giữa "Tim cho Lana táo" và "Lana cho Tim táo", và Lana đôi khi sửa trật tự từ của mình khi thể hiện lời phát biểu hay trả lời. Số cá heo do Herman, Richards và Wolz (1984) tập cũng nắm bắt được khái niệm cú pháp rất nhanh.

Sự thay thế

Savage-Rumbaugh *và người khác* (1983) chứng minh rằng Austin và Sherman đã thể hiện sự thay thế bằng cách thông báo về đồ vật thực ra không có ở đó. Hắc tinh tinh được cho xem một chiếc bàn có nhiều món thức ăn khác nhau, nhưng phải đi khỏi bàn, khuất tầm mắt nếu chúng muốn yêu cầu một trong số các món ăn này. Fouts (1972) tiến hành một số nghiên cứu mang một hắc tinh tinh ra khỏi nhóm, chỉ cho xem đang giấu một vật gì đó, sau đó hắc tinh tinh trở lại với nhiều hắc tinh tinh khác. Kế đến một hắc tinh tinh được phép ra ngoài để xem liệu có tìm được thức ăn giấu hay không. Hắc tinh tinh thường tìm được, đoạn băng ghi hình cho thấy hắc tinh tinh sử dụng dấu hiệu để thông báo thức ăn giấu ở đâu. Nghiên cứu ở cá heo cho thấy chúng cũng hiểu những ám chỉ đối với đồ vật vào lúc ấy không có mặt.

Tính công khai/ hiệu quả

Phần lớn động vật được dạy ngôn ngữ người đều thể hiện tính công khai hay hiệu quả trong việc sử dụng ngôn ngữ người. Lần đầu tiên Lana nhìn thấy chiếc nhẫn gọi đó là "vòng – ngón tay". Washoe gọi thiên nga là "chim nước" và Lucy mô tả củ cải như "trái cây - khóc - đau". Đôi khi, chúng cũng khởi sự trò chuyện, tạo ra những lời thốt mới lạ. Khi Washoe nhìn thấy máy bay bay trên đầu, quay về hướng người rèn luyện và ra dấu "Bạn, tôi cưỡi máy bay".

Tính quanh co và tính phản ánh

Patterson (1979) báo cáo rằng khỉ đột Koko, và khỉ đột nhỏ tuổi hơn Michael đã thể hiện tính quanh co. Có vẻ chúng hiểu được sự hài hước, và đôi khi "chọc" Patterson bằng cách cố ý sử dụng dấu hiệu không thích hợp. Điều dễ thấy là việc sử dụng ngôn ngữ sai của khỉ mang tính cố ý chứ không phải vô tình. Chẳng hạn, như chúng ta đã biết, Koko trả lời câu hỏi "kể cho tôi nghe một điều gì đó bạn nghĩ là thú vị", bằng cách chỉ tay về con ếch đồ chơi màu xanh lục và ra dấu "màu đỏ ấy". Cả Koko lẫn Washoe bắt đầu sử dụng dấu hiệu "bẩn" khi thể hiện sự khó chịu. Chúng có thể sử dụng từ thích hợp trong bối cảnh bình thường nhưng có vẻ đi kèm với từ này là thái độ ghê tởm, cũng như sử dụng từ theo cách ấy. Tiêu chuẩn sau cùng của Hockett, tính phản ánh, được tiết lộ qua một số nghiên cứu này, nhất là trường hợp khi khỉ đột Michael bị đuổi ra khỏi nhà ở lưu động. Patterson báo cáo rằng khi đó Koko ra dấu "Dấu hiệu tốt, Michael" – sử dụng ngôn ngữ để nói về ngôn ngữ.

Chúng ta có thể thấy sự cân đối của chứng cứ biểu thị rằng động vật thể hiện mức độ kỹ năng ngôn ngữ rất đáng kể, thậm chí không phải là bất cứ điều gì phức tạp như khả năng ngôn ngữ ở người. Seuren (1976) cho rằng toàn bộ cuộc tranh luận "có hay không" xoay quanh việc liệu những động vật này có thực sự sử dụng như một ngôn ngữ hữu ích hay không vì nghiên cứu ngôn ngữ học trên cơ sở cách sử dụng ngôn ngữ của con người, vì thế môn học hoàn toàn không được trang bị để đánh giá sự sử dụng ngôn ngữ ở động vật. Cũng có nhiều tranh luận dựa trên giả định mô hình khả năng giải mã ngôn ngữ cấu trúc bẩm sinh của Chomsky, và bỏ qua nghiên cứu gần đây về bối cảnh xã hội của việc có được ngôn ngữ ở người mà chúng ta đã xét đến trong Chương 4.

Liệu người ta có xem những động vật này đang sử dụng "ngôn ngữ" hay không tùy vào một số định nghĩa ngôn ngữ học khó hiểu, nhưng điều chắc chắn cho thấy động vật đang giao tiếp, và sử dụng ký hiệu để làm như thế. Ngoài ra, động vật có vẻ giao tiếp với một mức độ tinh vi mà cách đây 40 năm con không thể nhận biết được. Có lẽ chiều hướng nghiên cứu hiệu quả hơn là nên tìm hiểu khả năng có thể mở ra sự giao tiếp như thế hơn là bị sa lầy trong những tranh luận về cấu trúc ngôn ngữ.

Từ khóa

Ngôn ngữ ký hiệu khiếm thính Mỹ (Ameslan): Ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính.

Kiểm soát loại trừ sai sót: Hình thức kiểm soát thí nghiệm mục đích tránh dự đoán tự thực hiện bằng cách đảm bảo rằng không có người tham gia nghiên cứu hay người thí nghiệm nào tiến hành nghiên cứu biết được giả thuyết thí nghiệm.

Pheromone hóa chất tỏa vào không khí, khi động vật khác tiếp nhận, tạo ảnh hưởng trực tiếp đến hệ nội tiết tố và đôi khi đến hành vi.

Pheromone mồi pheromone kích hoạt một hình thức hành vi cụ thể chẳng hạn như hành vi giao phối.

Âm thanh nhịp điệu âm thanh diễn ra như những nhịp đều đặn ở cùng tần số.

Pheromone phóng thích pheromone kích hoạt một số hình thức hành vi ở động vật.

Tóm tắt

1. Giao tiếp ở động vật diễn ra sử dụng nhiều cách thức nhận cảm bao gồm cách thức thị giác, khứu giác, xúc giác và thính giác. Giao tiếp khứu giác bao gồm việc sử dụng pheromone. Bright cho rằng âm thanh là hình thức giao tiếp linh hoạt nhất ở động vật.
2. Ong mật thông báo địa điểm nguồn thức ăn bằng vũ điệu khi trở về tổ. Đặc điểm vũ điệu báo cho số ong khác biết hướng và khoảng cách đến nguồn thức ăn.
3. Tiếng kêu của ếch đực phải tác động đến sự cân bằng giữa việc thu hút ếch cái và không cho động vật ăn thịt biết mình đang ở đâu. Dơi sử dụng sự định vị bằng tiếng vang như hình thức thông báo cũng như công cụ săn mồi.
4. Tiếng hót của chim có thể phục vụ cả chức năng tính vùng lẫn tìm hiểu, một phần thường được tập quen, một phần do kế thừa. Marler nhận dạng nhiều sự tương đồng giữa tiếng chim hót và lời nói hàm ý sự liên kết tiến hóa.
5. Cá voi lưng gù phát ra tiếng kêu dễ phân biệt, phức tạp, thay đổi dần trong năm và có thể đi kèm với sự kết bạn. Cá

heo sử dụng nhiều âm thanh có vẻ hỗ trợ sự phối hợp xã hội cũng như thông báo thông tin cụ thể.

6. Khỉ vervet và sóc đất sử dụng âm thanh khác nhau để nhận dạng các loại động vật ăn thịt cụ thể. Marler cho rằng những âm thanh này phản ánh phân loại tự nhiên có sẵn chứng tỏ liên kết tiến hóa với nhận thức và sử dụng ngôn ngữ ở con người. Hắc tinh tinh sử dụng cả âm thanh lẫn tín hiệu thị giác để giao tiếp trong rừng.

7. Có một số nỗ lực dạy hắc tinh tinh, khỉ đột và cá heo ngôn ngữ người. Phương pháp áp dụng gồm dạy ngôn ngữ ký hiệu hay ngôn ngữ nhân tạo đặc biệt. Một số động vật liên quan nghĩ ra từ mới và có vẻ xem ngôn ngữ như một công cụ giao tiếp.

8. Có tranh luận về việc dạy động vật ngôn ngữ người thành công ở mức độ nào. Tranh luận có vẻ liên quan đến tính độc đáo của người hơn là khả năng của động vật liên quan.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả các loại tiếp nhận nhận cảm khác nhau ở động vật.
2. Chúng ta biết gì về sự giao tiếp của ong mật?
3. Hãy phác họa những đặc điểm chính trong sự giao tiếp của động vật có vú ở biển

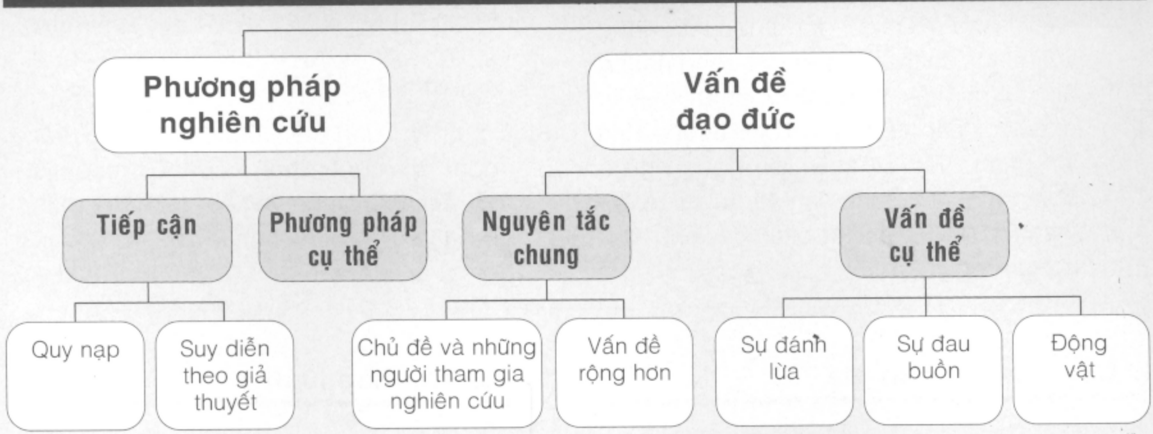
Câu hỏi thảo luận

1. Hãy thảo luận tính chất và chức năng của tiếng chim hót. Tiếng chim hót giống với ngôn ngữ người ra sao?
2. Động vật có "lời lẽ" hay không? hãy đánh giá vấn đề này dựa trên các hình thức giao tiếp ở động vật không được con người nghiên cứu cụ thể.
3. Có thể dạy cho động vật không phải con người sử dụng ngôn ngữ hay không?

chương

25

Phương pháp và đạo đức trong tâm lý học


Phương pháp nghiên cứu
Vấn đề đạo đức
Tiếp cận
Phương pháp cụ thể
Nguyên tắc chung
Vấn đề cụ thể
Quy nạp
Suy diễn theo giả thuyết
Chủ đề và những người tham gia nghiên cứu
Vấn đề rộng hơn
Sự đánh lừa
Sự đau buồn
Động vật

Đối tượng nghiên cứu

25.1. Tiêu chuẩn chứng cứ tâm lý học

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến tiêu chuẩn chứng cứ

b. Nhận dạng vấn đề tính giá trị, tính đáng tin và tính khái quát hóa

c. Áp dụng khái niệm các mức độ giải thích đối với nghiên cứu tâm lý học

25.2. Phương pháp nghiên cứu

a. Định nghĩa thuật ngữ liên quan đến phương pháp nghiên cứu

b. Mô tả các phương pháp nghiên cứu chính

c. Nhận dạng minh họa phương pháp nghiên cứu trong nghiên cứu tâm lý học

25.3. Phân tích chất lượng

a. Liệt kê các loại phỏng vấn khác nhau

b. Mô tả những kỹ thuật khác nhau trong phân tích chất lượng

c. Nhận dạng minh họa phương pháp chất lượng trong nghiên cứu tâm lý học

25.4. Vấn đề đạo đức

a. Nhận dạng các yếu tố dẫn đến sự quan tâm về vấn đề đạo đức

b. Liệt kê hướng dẫn đạo đức dành cho các nhà tâm lý học

c. Áp dụng tiêu chuẩn quyết định đạo đức trong nghiên cứu tâm lý học

25.5. Sự đánh lừa

a. Nêu minh họa sự đánh lừa trong nghiên cứu tâm lý học

b. Liệt kê tiêu chuẩn đánh giá nghiên cứu kết hợp sự đánh lừa

c. Phác họa ngụ ý nghiên cứu không đánh lừa đối với các nhà tâm lý học

25.6. Tránh sự đau khổ cá nhân

a. Phác họa tiêu chuẩn đạo đức thích hợp trong nghiên cứu tâm lý học

b. Mô tả minh họa cụ thể về nghiên cứu trước đây có ý nghĩa về mặt đạo đức

c. Đánh giá nghiên cứu tâm lý học theo nghĩa nguyên tắc đạo đức

25.7. Nghiên cứu động vật

a. Nhận dạng các loại nghiên cứu hành vi động vật khác nhau

b. Liệt kê hướng dẫn đạo đức trong nghiên cứu động vật

c. Đánh giá nghiên cứu trước đây theo nghĩa các vấn đề đạo đức

25.8. Trách nhiệm xã hội

a. Mô tả những điểm chính trong trách nhiệm của khoa học đối với xã hội

b. Phác họa ứng dụng nhận thức văn hóa trong nghiên cứu tâm lý học

c. Đánh giá nghiên cứu tâm lý học trước đây theo nghĩa trách nhiệm của khoa học đối

Trong quyển sách này, chúng ta nghiên cứu nhiều khía cạnh tâm lý học. Tâm lý học, như bạn đã nhận biết, bao gồm một dải rộng kinh nghiệm con người, và bao gồm nhận thức nhiều mức độ giải thích khác nhau. chúng ta tìm hiểu ảnh hưởng từ hành động của con người ở nhiều mức độ, một số ảnh hưởng này liệt kê trong Bảng 25.1. Nếu chỉ chọn một mức độ duy nhất chưa phải là lời giải thích thích hợp là lý do tại sao con người như thế, nhưng nếu chúng ta kết hợp tất cả lại với nhau thì chúng ta nắm bắt nhiều vấn đề.

Tâm lý học không chỉ là cách duy nhất giải thích hành vi con người. Nghệ thuật, văn học, lịch sử, triết học và nhiều lĩnh vực khác trong hoạt động của con người cũng đều tham gia tìm hiểu và giải thích con người là gì, tìm hiểu theo nhiều cách khác hẳn nhau. Điều làm cho tâm lý học trở nên đặc biệt là sự khẳng định của môn học này: nghiên cứu hành vi và kinh nghiệm con người một cách khoa học. Trong tư cách những nhà tâm lý học, chúng ta cho rằng đây là sự tập hợp chứng cứ đáng tin cậy theo hệ thống, và kết hợp chứng cứ ấy thành lý thuyết và giải thích, làm cho tâm lý học khác với những cách tìm hiểu nhân tính khác. Nhưng đây vẫn chưa phải là định nghĩa thích hợp vì tâm lý học không chỉ là môn học duy nhất kết hợp chứng cứ thành lý thuyết – môn lịch sử cũng làm tương tự. Sự khác biệt thật sự giữa tâm lý học và các lĩnh vực kiến thức khác về con người nằm ở tính chất chứng cứ mà chúng ta thu thập và cách chúng ta thu thập chứng cứ ấy.

Bảng 25.1 Mức độ giải thích trong tâm lý học

Mức độ	**Minh họa**
Xã hội–văn hóa	Quan điểm đa văn hóa và giữa các nền văn hóa với nhau, trách nhiệm của khoa học đối với xã hội, vấn đề đạo đức.
Xã hội	Tuân thủ, phục tùng xã hội, sự can thiệp của người bàng quan, vai trò xã hội.
Nhận thức–xã hội	Đồng nhất xã hội, mô tả xã hội, sự quy kết, thái độ, chữ viết.
Giữa cá nhân với nhau	Giao tiếp không bằng lời, ngôn ngữ, sự hấp dẫn, các mối quan hệ
Cá nhân	Xây dựng cá nhân, động cơ thúc đẩy, nhân cách, cảm xúc, trí năng.
Nhận thức	Nhận thức, trí nhớ, suy nghĩ, mô tả.
Thói quen	Biến đổi điều kiện ngoại cảnh cổ điển và thực nghiệm, hành vi kích thích – phản ứng.
Sinh học	Ảnh hưởng di truyền đối với tập quen và phát triển, khuynh hướng bẩm sinh đối với tính xã hội và cố kết nhóm.
Sinh lý	Các khía cạnh đánh thức, sinh lý của kinh nghiệm, cảm xúc, giấc ngủ, giấc mơ, các khía cạnh nhận thức sinh lý.

Tính giá trị, tính đáng tin và tính khái quát hóa

Theo truyền thống, các nhà tâm lý học cố gắng thu thập chứng cứ về con người phù hợp ba tiêu chuẩn. Thứ nhất, chứng cứ phải phù hợp với tiêu chuẩn **tính đáng tin**, có nghĩa là chúng ta cần chắc chắn hợp lý rằng, trong cùng tình huống, sẽ có cùng hành vi hay kết quả diễn ra. Thứ hai, chứng cứ cần thích hợp với tiêu chuẩn **tính giá trị**, nghĩa là chúng ta cần chắc chắn hợp lý rằng những gì mình đang đánh giá hay tìm kiếm thực sự là những gì mình dự định tìm kiếm và nghĩ rằng mình đang tìm kiếm. Và thứ ba, chứng cứ cần phù hợp với tiêu chuẩn **tính khái**

quát hóa, nghĩa là chúng ta quan tâm đến việc tìm hiểu về con người nói chung. Mặc dù điều này đôi khi có nghĩa chỉ tìm hiểu một cá nhân đặc biệt, chúng ta tìm hiểu như thế vì cá nhân này cũng cho chúng ta biết nhiều vấn đề về người khác.

Dĩ nhiên, đôi khi những tiêu chuẩn này có thể mâu thuẫn với nhau. Chẳng hạn, trong những năm gần đây nhiều nhà tâm lý học phải đi đến suy nghĩ rằng mọi dữ liệu tâm lý học đáng tin lúc nào cũng phải đi khá xa ở một điểm nào đó. Do đó, dẫn đến sự nhấn mạnh vào các thí nghiệm kiểu phòng thí nghiệm được kiểm soát chặt chẽ, có thể mang tính đáng tin nhưng thực ra không phải là mô tả có giá trị về những gì con người đang làm. Tính đáng tin có được bằng cái giá phải trả của tính giá trị. Hình thức nghiên cứu gần đây hơn đôi khi tập trung vào tính giá trị và thừa nhận rằng như thế họ phải đôi lúc hy sinh tính đáng tin. Mặc dù, nói chung chúng ta cần cả hai loại hình nghiên cứu, và nên cân bằng giữa những phương pháp tìm hiểu về con người khác nhau này. Vì lý do này, cũng như bạn đã biết trong suốt quyển sách này, các nhà tâm lý học sử dụng một dải rộng các phương pháp trong nghiên cứu hành vi con người. Trong chương này, chúng ta điểm qua một số phương pháp ấy, kế đến tiếp tục khảo sát một số ngụ ý đạo đức và xã hội về phương pháp luận tâm lý học.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TRONG TÂM LÝ HỌC

Có nhiều phương pháp nghiên cứu khác nhau – cách tìm hiểu con người – đã và đang được áp dụng trong ngành tâm lý học. Trong phần này, trước tiên chúng ta sẽ khảo sát những phương pháp nghiên cứu truyền thống hơn, bắt đầu bằng phương pháp thí nghiệm như đã từng áp dụng với con người (chúng ta sẽ khảo sát nghiên cứu ở động vật vào cuối chương này). Kế đến chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát những nghiên cứu quan sát, nghiên cứu mẫu, và nghiên cứu khảo sát và bảng câu hỏi. Từ đó, chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát một số phương pháp nghiên cứu thịnh hành trong những năm gần đây, cho dù một số đã thịnh hành từ lâu, bao gồm phân tích đối chứng, nghiên cứu phỏng vấn bao gồm nghiên cứu giải thích và chuyện trò, nghiên cứu hành động và những loại phân tích chất lượng khác.

NGHIÊN CỨU QUY NẠP VÀ SUY DIỄN THEO GIẢ THUYẾT

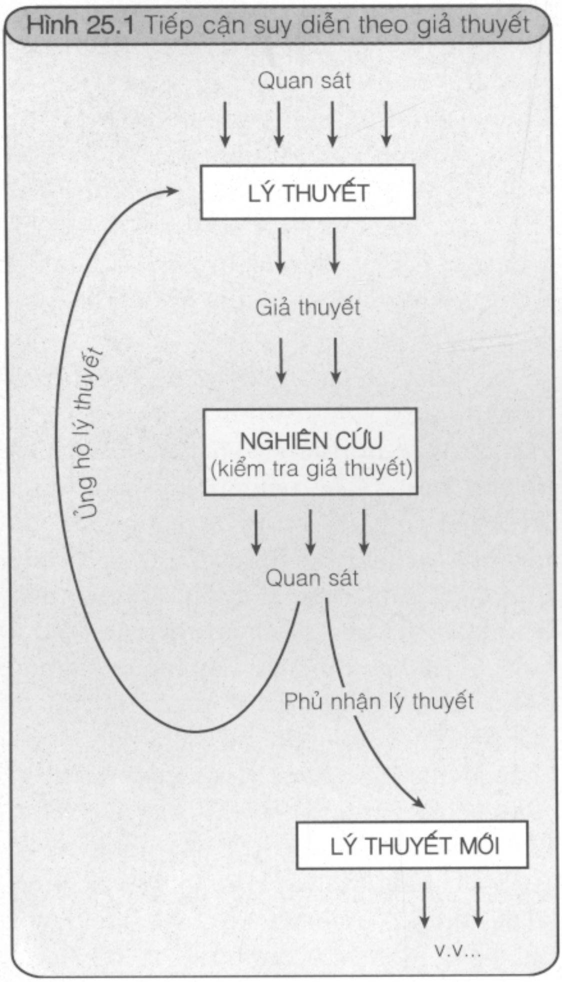
Cho dù tiến hành loại nghiên cứu gì đi nữa cũng cần có sự điều nghiên khoa học với sự chính xác thích hợp. Người nghiên cứu sẽ áp dụng một trong hai loại tiếp cận trong điều nghiên khoa học: tiếp cận suy diễn theo giả thuyết hay tiếp cận quy nạp. Tiếp cận **suy diễn theo giả thuyết** bắt đầu bằng lý thuyết mà nhà tâm lý học nghiên cứu, bằng cách đưa ra giả thuyết rồi kiểm tra giả thuyết ấy. Tiếp cận **quy nạp** đòi hỏi các nhà tâm lý học nghiên cứu dữ liệu đã được thu thập và sử dụng dữ liệu ấy để rút ra những nguyên tắc hay khái niệm chung.

Nói chung, cả hai loại tiếp cận đều được sử dụng phổ biến trong khoa học: nhà hóa học nghiên cứu một hợp chất mới chẳng hạn sẽ xúc tiến tiếp cận suy diễn theo giả thuyết, trong khi một nhà cổ sinh vật học nghiên cứu các địa tầng hóa thạch chắc chắn sẽ chọn tiếp cận quy nạp. Bản thân tâm lý học cũng sử dụng cả hai tiếp cận này. Những người theo thuyết nội quan thường sử dụng nhiều phương pháp quy nạp, có nhiều nhà nghiên cứu hiện đại cũng áp dụng phương pháp này như các nhà tâm lý học thần kinh lâm sàng. Nhưng những người theo thuyết Hành vi cho rằng tiếp cận quy nạp là phi khoa học bất chấp tiếp cận được sử dụng trong khoa học "cứng", vì thế giữa thế kỷ 20 đã chứng kiến sự quan tâm đến tâm lý học thực nghiệm, sử dụng tiếp cận suy diễn theo giả thuyết.

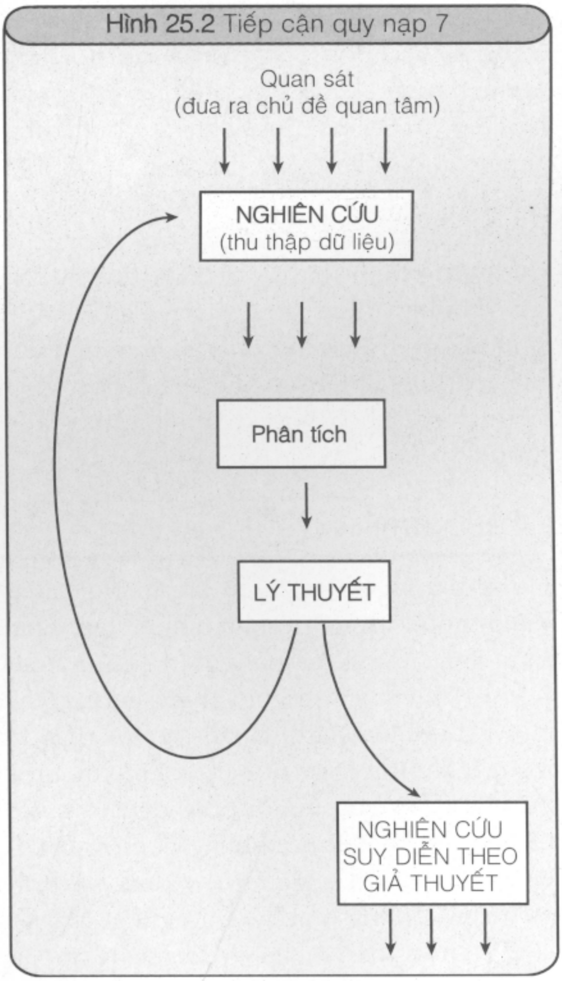
Tiếp cận suy diễn theo giả thuyết, như vừa đề cập, bắt đầu bằng lý thuyết. Lý thuyết ấy dựa trên những quan sát trước đây – hoặc là quan sát không chính thức, rút từ kinh nghiệm thường ngày, hoặc có nhiều khả năng hơn, lý thuyết rút từ nghiên cứu trước đây của các nhà tâm lý học khác. Lý thuyết dùng để đưa ra dự đoán – phát biểu về điều gì có khả năng xảy ra nếu lý thuyết tỏ ra đúng. Những dự đoán này gọi là **giả thuyết.** Nhà nghiên cứu phát triển một nghiên cứu để kiểm nghiệm giả thuyết, để xem dự đoán của chúng có được khẳng định hay không. Kết quả nghiên cứu cung cấp dữ liệu hoặc ủng hộ dự đoán chung hoặc phản đối. Đến lượt kết quả này được dùng làm chứng cứ hoặc ủng hộ lý thuyết hoặc cho rằng phải cần có một số lý thuyết khác mới giải thích được quan sát (Hình 25.1).

Tiếp cận quy nạp bắt đầu bằng việc thu thập dữ liệu, chứ không phải là lý thuyết, sử dụng dữ liệu ấy để nhận dạng tính đều đặn hay **chủ đề,** hay đưa ra lý thuyết (Hình 25.2). Đôi khi, sự thu thập dữ liệu này khá đơn giản, chẳng hạn như nghiên cứu của Penfield về những vùng khác nhau trong vỏ não, trong đó chính là vấn đề kích thích các vùng khác nhau và nhận xét chúng tạo ra kết quả gì. trong những trường hợp khác, quan sát được thu thập theo cách phức tạp hơn – chẳng hạn, các nhà tâm lý học xã hội sử dụng dữ liệu phỏng vấn hay báo cáo để tìm hiểu cảm giác ở con người, hay các nhà

Hình 25.1 Tiếp cận suy diễn theo giả thuyết


Quan sát
LÝ THUYẾT
Giả thuyết
NGHIÊN CỨU
(kiểm tra giả thuyết)
Quan sát
Ủng hộ lý thuyết
Phủ nhận lý thuyết
LÝ THUYẾT MỚI
v.v...

Hình 25.2 Tiếp cận quy nạp 7


Quan sát
(đưa ra chủ đề quan tâm)
NGHIÊN CỨU
(thu thập dữ liệu)
Phân tích
LÝ THUYẾT
NGHIÊN CỨU
SUY DIỄN THEO
GIẢ THUYẾT

phong tục học thu thập quan sát từ hành vi động vật. Một khi đã được thu thập, dữ liệu được phân tích khắt khe. Nghiên cứu quy nạp thường dùng để tìm hiểu một lĩnh vực hoàn toàn mới – chẳng hạn, Smith (1997) sử dụng tiếp cận này để tìm hiểu cảm giác mang thai ở phụ nữ thay đổi trong thai kỳ cũng như lúc bắt đầu thụ thai. Bằng cách thu thập dữ liệu dưới dạng phỏng vấn, hệ thống vốn tiết mục, và v.v..., nhà nghiên cứu có thể nghiên cứu sự thay đổi trong nhận dạng nhận thức được và cũng phát triển các chủ đề có thể sử dụng làm cơ sở cho nghiên cứu sau này.

Chiến lược nghiên cứu quy nạp và suy diễn theo giả thuyết mang tính bổ sung hơn là đối lập. Mỗi chiến lược sử dụng cho một loại mục đích khác nhau và thường nghiên cứu lĩnh vực bao gồm cả hai: phác họa ban đầu về lĩnh vực sử dụng kỹ thuật quy nạp, rồi sau đó điều nghiên tỉ mỉ sử dụng phương pháp thí nghiệm. Nghiên cứu sự hòa đồng, như chúng ta đã biết trong Chương 22, là một minh họa cho điều này. Các nhà tâm lý học luôn sử dụng tiếp cận quy nạp, cho dù những tiếp cận này thường được đánh giá không đúng mức trong bối cảnh phương pháp, nhưng tâm lý học hiện đại biết rõ hơn nhiều về việc phù hợp giữa những loại khoa học khác nhau này đến mức nào.

THỬ NGHIỆM

Nói đúng ra, thử nghiệm là phương pháp điều nghiên trong đó nhà nghiên cứu khai thác tình huống để mang đến sự thay đổi trong hành vi của người tham gia nghiên cứu. Nhiều thử nghiệm tâm lý học nhất là trong các lĩnh vực sinh lý và nhận thức đều yêu cầu con người phải đáp ứng với những sự khai thác thử nghiệm như thế trong những điều kiện được kiểm soát rất chặt chẽ. Chẳng hạn, nhiều nghiên cứu về chú ý chọn lọc và chú ý duy trì (Chương 2), yêu cầu người tham gia nghiên cứu thực hiện một công việc, sau đó thay đổi một khía cạnh đơn giản trong công việc ấy – ý nghĩa của một từ nghe được với lượng tiếng ồn nền, v.v...

Ảnh hưởng sinh lý đối với hành vi cũng được nghiên cứu qua phương pháp thử nghiệm. Nghiên cứu sự khác nhau giữa giận dữ và sợ hãi của Ax, chúng ta đã khảo sát trong Chương 13 là một minh họa rõ ràng của điều này: tất cả những người tham gia nghiên cứu của Ax đều trải qua cùng tình huống như nhau ngoại trừ những khía cạnh khác nhằm mục đích tạo ra giận dữ hay sợ hãi. Kết quả là sự khác nhau trong trạng thái sinh lý có vẻ do điều kiện thử nghiệm họ vừa trải qua là nguyên nhân trực tiếp. Mặc dù, điều quan trọng là tất cả những điều kiện khác đều như nhau vì nếu không sẽ tạo ra sự khác biệt không phải do điều kiện. Đảm bảo rằng chỉ có những yếu tố thích hợp mới ảnh hưởng đến kết quả được gọi là **kiểm soát thử nghiệm**. Trong một thử nghiệm chính thức, chúng ta cố kiểm soát mọi tác động có thể khác sao cho chắc chắn rằng kết quả thực sự là do điều kiện chúng ta đang nghiên cứu gây ra. Nhưng, trong Khung 25.1 chúng ta không bao giờ có thể chắc chắn hoàn toàn.

Sự khác nhau giữa điều kiện thử nghiệm được gọi là **biến số độc lập –** là vấn đề thay đổi do sự khai thác của nhà nghiên cứu. Trong nghiên cứu của Smith và Lloyd về cách con người tương tác với trẻ, mà chúng ta đã khảo sát trong Chương 19, biến số độc lập là giới tính biểu kiến của trẻ – trẻ mặc quần áo bé trai hay bé gái. Sau đó, điều này tạo ra sự thay đổi trong hành vi của những người tham gia nghiên cứu – do đó họ hành động khác nhau. vì sự khác nhau trong hành vi của họ tùy vào biến số độc lập nên hành vi của họ (sự việc mà các nhà nghiên cứu quan sát hay đánh giá) được gọi là **biến số lệ thuộc**. Theo nghĩa chính thức một thử nghiệm có thể được mô tả như một

Khung 25.1 Nhận thức tầm quan trọng của số liệu thống kê

Trong những thử nghiệm chính thức, chúng ta cố gắng kiểm soát tất cả những yếu tố khác nhau có thể ảnh hưởng đến hành vi của người tham gia nghiên cứu. Nhưng thực ra, một nỗ lực bất kỳ để kiểm soát mọi thứ hoàn toàn được xem là thất bại. Trong tự nhiên không hề có hai sự vật giống hệt nhau và không có hai minh họa hành vi con người giống hệt nhau. Chúng ta luôn thay đổi – chúng ta có suy nghĩ khác nhau, tâm trạng khác nhau bị tác động qua từng ngày, tháng và năm, v.v... và tất cả những yếu tố này đều ảnh hưởng đến hành động của chúng ta trong thử nghiệm.

Một cách để khắc phục vấn đề này là sử dụng dữ liệu nhóm – nói cách khác, tiến hành nghiên cứu khác biệt nhân cách, trong đó những đặc tính riêng của cá nhân được cân bằng vì số điểm từ nhiều người, tất cả đều được kết hợp với nhau. Trong loại nghiên cứu này, nhà tâm lý học chọn mẫu những người tham gia nghiên cứu từ dân số đang được nghiên cứu – chẳng hạn, nếu đây là nghiên cứu hành vi học sinh thì dân số sẽ là học sinh nhưng mẫu phải là một nhóm học sinh có vẻ điển hình cho dân số ấy.

Lấy mẫu là điều cần thiết vì những mục đích thực tế nhưng cũng có một số bất lợi. Một trong số này là chúng ta không thể chắc chắn liệu mẫu thực sự là điển hình cho dân số nói chung hay không. Luôn có khả năng **lấy mẫu sai sót** – quan niệm cho rằng chúng ta chọn một tập hợp người hoàn toàn khác hẳn với hầu hết người khác. vì chúng ta không thể loại trừ hoàn toàn khả năng có thể xảy ra này nên lúc nào cũng có khả năng kết quả chúng ta thu được từ nghiên cứu đơn thuần phát sinh từ khả năng ấy. Cuộc nghiên cứu cho dù có vẻ thuyết phục đến đâu đi nữa thì cũng luôn có khả năng kết quả của chúng ta thu từ lấy mẫu sai sót chứ không phải từ vấn đề chúng ta đang điều nghiên.

Đây là điểm xuất hiện khái niệm ý nghĩa quan trọng của thống kê. Chúng ta không thể loại trừ khả năng lấy mẫu sai sót nhưng chỉ có thể phát biểu rằng điều này không chắc - và chúng ta đưa ra con số cho thấy sự không chắc ở mức nào. Những con số này gọi là **mức tự tin,** hay sự diễn đạt ý nghĩa quan trọng của số liệu thống kê. Dĩ nhiên không phải tất cả hình thức nghiên cứu tâm lý học đều có **ý nghĩa quan trọng của số liệu thống kê** – loại tiếp cận quy nạp sử dụng trong nhiều nghiên cứu mẫu và nghiên cứu chất lượng cung cấp cho chúng ta thông tin đáng giá không cần phải phát biểu về ý nghĩa quan trọng. Nhưng hầu hết các thử nghiệm và những hình thức nghiên cứu số lượng khác đều như thế.

Các nhà tâm lý học diễn đạt ý nghĩa quan trọng của số liệu thống kê bằng cách sử dụng một thuật ngữ gọi là "p", tượng trưng cho "xác suất mà kết quả của chúng ta hoàn toàn có được vì lấy mẫu sai sót". Trị số p ở dạng số thập phân, và luôn nhỏ hơn 1. Chẳng hạn: nếu chúng ta phát biểu $p<,05$ ("p nhỏ hơn ,05"), chúng ta có thể phát biểu rằng trị số p bằng với trị số ,05, nghĩa là 5% hay 1/20. Nói cách khác, chúng ta phát biểu rằng xác suất kết quả từ lấy mẫu sai sót của mình nhỏ hơn 1/20. Mức độ ý nghĩa quan trọng của $p<,01$ có nghĩa là xác suất nhỏ hơn 1%, v.v...

Các nhà khoa học trong tất cả các môn học đều sử dụng xác suất theo cách này, và họ tiến hành trắc nghiệm thống kê đối với dữ liệu của mình để tính toán xác suất ở mức nào. Điều đặc biệt quan trọng trong tâm lý học, vì con người so với khối kim loại hay hóa chất thay đổi hơn rất nhiều – mặc dù không phải lúc nào cũng đều cho kết quả tương tự.

Thật thú vị, cách mà các nhà khoa học phải chọn trách nhiệm nhiều hơn như cách này có một số ngụ ý xã hội. Đây thường là nguyên nhân hiểu lầm chính giữa cánh phóng viên và giới khoa học. Vì họ hiểu rằng luôn có khả năng lấy mẫu sai sót, giới khoa học thường rất do dự khi phát biểu dứt khoát – họ thích sử dụng những lời lẽ như "điều này có thể là một nguyên nhân" hay "một khả năng có thể là..." hơn. nhưng cánh phóng viên lại sử dụng những lời lẽ dứt khoát hơn và thường hiểu lầm những gì người khác nói vì họ nghĩ lời nói ấy có nghĩa là chứng cứ mang tính may rủi nhiều hơn thực tế hay nhà khoa học không chắc chắn đối với chứng cứ. Trong khoa học không hề có chuyện chẳng hạn như bằng chứng tuyệt đối nhưng trong xã hội nói chung thường hiểu sự thận trọng tự nhiên trong ngôn ngữ khoa học hàm ý thiếu hiểu biết – nói cho cùng không phải là vấn đề như nhau.

tình huống có kiểm soát trong đó người thí nghiệm khai thác biến số độc lập để mang lại sự thay đổi ở biến số lệ thuộc.

Đôi khi, biến số độc lập thực ra không tạo sự thay đổi trong biến số lệ thuộc có thể cho chúng ta biết nhiều hơn khả năng như thế khi nào diễn ra. Chẳng hạn, trong nghiên cứu thôi miên của Orne năm 1962 (Chương 11), ông nhận thấy không thể cho biết sự khác nhau giữa những người tham gia nghiên cứu bị thôi miên "thật sự" và những người tham gia nghiên cứu chỉ giả vờ. Điều này chính nó là một mẩu thông tin bổ ích, khiến cho Orne nghiên cứu **đặc điểm yêu cầu** của chính những thử nghiệm tâm lý học. Khi ông so sánh hành vi của những người biết rằng mình đang tham gia một cuộc thử nghiệm tâm lý, với hành vi của những người không hề biết như thế, ông nhận thấy hành vi hoàn toàn khác nhau. Chính chứng cứ này cùng với chứng cứ khác đã khiến nhiều nhà tâm lý học đặt vấn đề liệu thực hiện thí nghiệm trong phòng thí nghiệm được kiểm soát chặt chẽ thực sự có đáng giá hay không.

Một số nhà nghiên cứu đáp lại câu hỏi này bằng cách cố gắng lập ra những điều kiện thí nghiệm thực tế hơn chẳng hạn như điệu múa trên máy vi tính được lập ra để nghiên cứu sự hấp dẫn của Walster *và người khác* (1966) hay cách mà Newcomb nghiên cứu ảnh hưởng của sự gần gũi trong tình bạn lâu dài bằng cách bố trí nơi ăn ở miễn phí trong trường dành cho những người tham gia nghiên cứu (Chương 14). Nghiên cứu sự can thiệp của người bàng quan cũng được Latané và người khác tiến hành (Chương 16) cũng khá thực tế hơn, cho dù họ vẫn còn sử dụng các tiếp cận thí nghiệm hình thức. Toàn bộ vấn đề **tính giá trị sinh thái –** một thí nghiệm đúng với đời thực ở mức nào – là một vấn đề quan trọng như được thể hiện qua nghiên cứu trí nhớ của số cổ động viên đá banh do Morris *và người khác* (1981) tiến hành, chúng ta đã khảo sát trong Chương 3. trong tình huống đời thực, điều quan trọng đối với mình, con người nhớ nhiều thông tin hơn thông tin học hỏi đối với thí nghiệm.

Các nhà nghiên cứu đôi khi lợi dụng **thí nghiệm tự nhiên,** vì chúng luôn xảy ra và có thể quan sát ảnh hưởng của chúng thật chi tiết. Nghiên cứu sự bất đồng nhận thức trong một giáo phái tôn giáo do Festinger và người khác tiến hành (Chương 17) là một minh họa điển hình của điều này cũng như nghiên cứu những người cắt bỏ thể chai của Sperry hay nghiên cứu ảnh hưởng của những người bị mảnh đạn trúng vào não trong Thế chiến I của Holmes (Chương 10).

Nhiều nhà tâm lý học cũng tiến hành thí nghiệm trong bối cảnh đời thực. Nghiên cứu nhân viên bưu chính học gõ mã số bưu điện của Baddeley, chúng ta đã khảo sát trong các Chương 3 và 18 là minh họa điển hình. Việc đào tạo cũng được Bưu điện tiến hành bằng cách này hay cách khác, vì thế các nhà tâm lý học liên quan có khả năng tổ chức những khóa đào tạo khác nhau và giám sát kết quả. Nghiên cứu sự tuân thủ trong khóa đào tạo quản lý của Crutchfield là một minh họa khác cũng như nghiên cứu của Hofling *và người khác* về sự phục tùng của y tá (Chương 16), hay nghiên cứu của Yarnell và Lynch về ảnh hưởng của sự chấn động trí nhớ ở các cầu thủ bóng đá Mỹ (Chương 3).

Nói chung, trong trường hợp trẻ em, các nhà nghiên cứu biết được hiểu biết của chính trẻ ảnh hưởng đến kết quả thí nghiệm hình thức chỉ trong thời gian gần đây và điều này cũng liên quan đến tính giá trị sinh thái. Như chúng ta đã biết trong Chương 19, phương pháp chuẩn hóa cao mà Piaget và các nhà nghiên cứu khác sử dụng để nghiên cứu nhận thức ở trẻ có vẻ chính chúng đã ảnh hưởng đến kết quả mà họ tìm thấy. Khi McGarrigle và người khác sử dụng các tình huống thực tế hơn, tình huống trẻ quen thuộc nhiều hơn, thì họ nhận thấy trẻ có khả năng về trí năng nhiều hơn lúc đầu. Và hầu hết tất cả nghiên cứu tâm lý học phát triển của chúng ta cho thấy nghiên cứu gần đây hơn đều yêu cầu trẻ thực hiện những công việc mà chúng quen thuộc.

QUAN SÁT

Một phương pháp quan trọng khác trong việc tìm hiểu hành vi con người là bằng cách tiến hành **nghiên cứu quan sát**, từ mức độ giải thích sinh lý cho đến nghiên cứu xã hội và xã hội văn hóa trong tâm lý học. Chẳng hạn, nhận dạng của Dement và Kleitman về các mức độ giấc ngủ khác nhau do kết quả quan sát sự thay đổi các mẫu EEG khi con người đang ngủ (Chương 11). Đây là minh họa về quan sát trực tiếp, nhưng ở mức độ sinh lý.

Như bạn có thể hình dung, tiến hành điều nghiên thí nghiệm sự phát triển ở trẻ lại vấp phải tất cả các loại vấn đề đạo đức. Điều gì xảy ra nếu chúng ta làm cho trẻ bị thương tổn trong khi thí nghiệm? Vì lý do này, nghiên cứu những khía cạnh quan trọng trong sự phát triển của trẻ, giống như trò chơi hay gắn bó phần lớn phải áp dụng phương pháp quan sát. Đoạn băng ghi hình sự tương tác bố con của Stern, hay quan sát bố mẹ cho con bú của Parke và Sawin (Chương 20) là những quan sát trực tiếp, trong đó người tham gia biết rõ có người khác quan sát mình. Trong nghiên cứu quan sát của Bronfenbrenner về thông lệ nuôi trẻ ở Nga và Mỹ (Chương 18).

Trong loại nghiên cứu quan sát này luôn có vấn đề: con người phản ứng khác nhau vì họ biết rằng có người quan sát mình. Nói chung, các nhà nghiên cứu tiến hành loại nghiên cứu này nỗ lực làm cho người tham gia nghiên cứu quen với sự có mặt của mình. Những người quan sát trẻ ở sân chơi hay nhà trẻ chẳng hạn như nghiên cứu trẻ bị ngược đãi tương tác với trẻ khác ra sao của Main và George (Chương 19) thường dành một khoảng thời gian ngồi im quan sát trẻ cho đến khi trẻ không còn để ý đến sự có mặt của họ nữa. Tuy nhiên, điều này lại đặt ra câu hỏi nếu không có mặt nhà nghiên cứu thì trẻ có hành động theo cách như thế hay không.

Trong một số trường hợp, các nhà tâm lý học chấp nhận **quan sát ẩn** bằng cách này hay cách khác – quan sát trong đó người tham gia nghiên cứu không biết có người quan sát mình. Nghiên cứu giao tiếp không bằng lời trong chuyện trò do Kendon *và người khác* (Chương 15) tiến hành là minh họa cho loại nghiên cứu này. Cũng như cách người cô độc tương tác với người khác, do Jones *và người khác* (1982) tiến hành, chúng ta đã xét đến trong Chương 14. Nghiên cứu sự gắn bó "tình huống lạ" của Ainsworth (Chương 20) cũng thuộc loại này.

Tuy nhiên, vấn đề trong quan sát ẩn là thường được tiến hành ở những địa điểm đặc biệt, nơi có thiết bị chẳng hạn như phòng có gương hai chiều giúp nhà nghiên cứu quan sát mà không bị phát hiện. Việc đưa con người vào những bối cảnh nhân tạo này chính nó cũng ảnh hưởng đến hành vi. Do đó, những nghiên cứu khác, chẳng hạn nghiên cứu sự chọc ghẹo và cãi vã trong gia đình do Dunn cùng đồng nghiệp của bà tiến hành hay nghiên cứu khoảng cách cá nhân trong các nền văn hóa Trung đông và Mỹ (Chương 14) đều tán thành tiếp cận tập tính học.

Tập tính học

Tập tính học là một hình thức quan sát đặc biệt. Đây là sự nghiên cứu tập tính trong môi trường tự nhiên như chúng ta đã biết trong Chương 22, nó đặc biệt quan trọng trong nghiên cứu hành vi động vật. Nhưng sau khi Schaffer và Emerson sử dụng tiếp cận tập tính học trong nghiên cứu tiên phong về sự gắn bó ở trẻ (Chương 20) người ta công nhận đây cũng là cách nghiên cứu hành vi con người đáng giá. Như Cohen (1987) đã nêu, khi ở nhà cùng với gia đình, trẻ hành xử khác với lúc được quan sát trong nhóm nô đùa. Vì thế, quan sát trẻ ở nhà cùng với gia đình là cách tốt hơn trong việc nghiên cứu một số hình thức hành vi ở trẻ cho dù điều này có nghĩa rằng làm cho trẻ quen với sự có mặt của người quan sát.

Như chúng ta đã biết, các nhà tâm lý học phát triển thường sử dụng quan sát trực tiếp. Nói chung, các nhà tâm lý học nhận thức có khuynh hướng sử dụng phương pháp thí nghiệm, nhưng gần đây một số cũng áp dụng phương pháp quan sát. Trong những trường hợp như thế, họ thường dùng **phương pháp nhật ký**, là một loại quan sát gián tiếp hành vi con người. Trong phương pháp này, những người tham gia nghiên cứu phải viết nhật ký, ghi chép sự kiện cụ thể mà nhà tâm lý học quan tâm. Chẳng hạn, Reason sử dụng phương pháp này rất thành công khi tìm hiểu sai sót và lỡ lời hàng ngày, và Bower cũng áp dụng làm cơ sở nghiên cứu tâm trạng và trí nhớ (Chương 3).

Quan sát tham gia

Một loại quan sát khác luôn được các nhà tâm lý học sử dụng gọi là **quan sát tham gia**. Trong tiếp cận này, cá nhân quan sát một sự kiện bằng cách tham gia vào sự kiện ấy và đóng vai trò giống như một người khác bất kỳ. Nghiên cứu hành vi đám đông hòa bình của Benewick và Holton hay nghiên cứu những cuộc biểu tình quần chúng ủng hộ thợ mỏ của Waddington *và người khác*, chúng ta đã khảo sát trong Chương 17 là những minh họa điển hình của quan sát tham gia. Trong cả hai trường hợp, những người nghiên cứu tham gia như các thành viên của đám đông để tìm hiểu các quá trình xã hội liên quan tốt hơn.

Quan sát gián tiếp có lúc cũng cho biết nhiều thông tin chẳng hạn như nghiên cứu tình bạn riêng tư ở những người mới tuyển vào cảnh sát của Segal, hay nghiên cứu các mẫu tình bạn trong khối nhà ở trong trường đại học dành cho các đôi đã kết hôn của Festinger *và người khác* (Chương 15). Trong những trường hợp này, tình huống đã tồn tại, các nhà tâm lý học có thể biết được nhiều từ việc quan sát tình bạn đã diễn ra. Trong nhiều cách, cũng giống với thí nghiệm tự nhiên, cũng có vấn đề khi việc phân biệt rõ ràng giữa cả hai là chuyện thật khó. Đôi khi một hình thức hành vi có thể nhận dạng bằng cách để ý những dấu vết cụ thể mà nó để lại phía sau. Như chúng ta đã biết trong Chương 11, Horne có thể nhận dạng những trường hợp tài xế ngủ gục khi lái xe vì thiếu dấu hiệu phanh thắng còn sót lại ở hiện trường xảy ra tai nạn. Vấn đề này có thể đi đến việc tập hợp số liệu thống kê, sau đó thể hiện mức độ tương quan của những tai nạn này với nhịp sinh học ở con người.

Quan sát lâm sàng cũng là nguồn dữ liệu đáng giá đối với các nhà tâm lý học. Lý thuyết nhân cách chúng ta đã khảo sát trong Chương 7 và mô hình tâm lý liệu pháp trong Chương 9 được các nhà tâm lý học lâm sàng phát triển trên cơ sở công việc họ thực hiện ở bệnh nhân. Mặc dù đây không phải là những nghiên cứu có kiểm soát, duy nhất mà là kết quả của nhiều năm công tác chuyên môn có hệ thống dẫn đến việc quan sát tính đều đặn trong các loại rối loạn mà khách hàng thường gặp và cách giúp đỡ họ. Từ cơ sở này, các nhà tâm lý học liên quan có thể phát triển lý thuyết về nhân tính.

NGHIÊN CỨU MẪU

Một cách quan trọng khác để tìm hiểu con người là nghiên cứu từng trường hợp thật chi tiết. Một nghiên cứu mẫu có thể là nghiên cứu chỉ một người hay một nhóm người duy nhất giống như một gia đình hay một tổ chức. Bằng cách tập trung chú ý vào nghiên cứu mẫu duy nhất, đối với một nhà tâm lý học có thể tìm hiểu vấn đề chi tiết hơn mức có thể khi họ nghiên cứu nhiều người. Chẳng hạn, trường hợp trí nhớ của John Dean (Chương 3) cung cấp cho Neisser một cơ hội dồi thực để tìm hiểu chi tiết sự khác nhau giữa những gì thường được xem là trí nhớ chính xác và ghi lại những sự kiện tương tự.

Nghiên cứu mẫu đặc biệt thịnh hành trong tâm lý học sinh lý vì nó thường đến từ những can thiệp phẫu thuật và tai nạn nên chúng ta biết được hầu hết chức năng hoạt động của não người. Nghiên cứu mẫu do Sacks mô tả một phụ nữ mất sự tự cảm và nghiên cứu các phantom limb của Melzack (Chương 12) cả hai đều hữu ích trong việc cho chúng ta hiểu biết về sự tương tác giữa não và cơ thể. Nghiên cứu mẫu độc đáo chức năng ngôn ngữ bị giảm sút do thương tổn cục bộ của Broca đã mở ra một lĩnh vực mới trong khi tìm hiểu ngôn ngữ con người (Chương 10). Và có lẽ cá nhân được điều nghiên nhiều nhất trong ngành tâm lý học là H.M., người đàn ông bị mất trí nhớ do phẫu thuật gây thương tổn vùng cá ngựa (Chương 3). Các nhà tâm lý học nghiên cứu ảnh hưởng của thương tổn này từ lúc nó xảy ra và cho chúng ta biết nhiều về một số khía cạnh nhớ khó hiểu hơn.

Sau đó, phương pháp nghiên cứu mẫu giúp các nhà tâm lý học nghiên cứu sự kiện xảy ra trong tự nhiên vốn không hề được nghiên cứu thận trọng. Chẳng hạn, nghiên cứu trẻ bị tước đoạt nghiêm trọng chẳng hạn như trẻ song sinh Koluchova (Chương 20) hay Genie (Chương 4) bao gồm việc nghiên cứu số trẻ này và cách chúng phục hồi, điều này giúp các nhà tâm lý học hiểu biết về ảnh hưởng tâm lý của sự tước đoạt nghiêm trọng vốn không thể nghiên cứu theo cách khác có thể chấp nhận về mặt đạo đức.

Một trong những trở ngại trong nghiên cứu mẫu là chúng ta không có cách nào biết được những cá thể ấy điển hình đến mức nào so với người khác. Nhưng nếu phải nghiên cứu quá trình như chức năng sinh lý hay hậu quả của sự tước đoạt thì điều này ít trở ngại hơn khi chúng ta tìm hiểu những tình huống xã hội chung hơn. Ngay cả trong tâm lý học xã hội, nghiên cứu mẫu cũng mang nhiều hiểu biết đến cho chúng ta. Chẳng hạn, trong nghiên cứu sự phục tùng của Milgram (Chương 16), điều này đúng vì Gretchen Brandt và Jan Rensaleer hành động khác với hầu hết người khác mà họ quan tâm. Để ý điều gì khác biệt về kinh nghiệm trước đây của hai người này giúp chúng ta hiểu về cách thức và lý do tại sao một số người hành động theo nguyên tắc, theo lương tâm của riêng mình, cho dù họ ở trong tình huống nào đi nữa, trong khi những người khác có khả năng nghe theo lệnh nhiều hơn và không làm mình đối đầu bằng thái độ bất tuân.

BẢNG CÂU HỎI VÀ KHẢO SÁT

Cách quan trọng khác để tìm hiểu hành vi con người là nên nghiên cứu, không phải ở một cá nhân duy nhất thật chi tiết như trong nghiên cứu mẫu mà nghiên cứu nhiều người. Dĩ nhiên, điều này có nghĩa chúng ta không thể tìm hiểu sâu về động cơ và suy nghĩ nhưng vẫn còn hữu ích khi phương pháp này giúp chúng ta hiểu về xu thế chung. Nghiên cứu bảng câu hỏi giúp nhà tâm lý học thu thập thông tin từ nhiều người sống ở nhiều nơi.

Nghiên cứu bảng câu hỏi có thể tiến hành với số lượng người lớn như thế cũng làm cho chúng thích hợp với **nghiên cứu theo chiều dọc** quy mô rộng các loại hành vi cụ thể ở người. Nghiên cứu hành vi Loại A và Loại B của Friedman và Rosenman (1974), chúng ta đã khảo sát trong Chương 13, với hơn 3500 người tham gia nghiên cứu – một con số không thể kiểm soát nổi nếu áp dụng hầu hết các phương pháp nghiên cứu khác.

Một số nhà tâm lý học xem dữ liệu bảng câu hỏi mang tính chất cung cấp thông tin. Chẳng hạn, nghiên cứu sự hấp dẫn ở trẻ của Dion (Chương 14) hầu như được tiến hành toàn bằng cách sử dụng bảng câu hỏi với ảnh chụp trẻ em, cũng như nghiên cứu Gerbner và Gross cho thấy những người ghiền truyền hình thường mắc bệnh hoang tưởng nhiều hơn những người ít xem truyền hình. Như chúng ta đã biết trong Chương 3, Broadbent *và người khác* (1982) chứng minh rằng bảng câu hỏi là phương pháp có ích và chính xác để đánh giá một số hình thức hành vi chẳng hạn như sai sót hàng ngày.

Nghiên cứu bảng câu hỏi thường có ích khi mở ra những lĩnh vực nghiên cứu mới. Chẳng hạn, nghiên cứu bảng câu hỏi cảm giác tâm lý -hôn nhân của Argyle tiết lộ nhiều chứng cứ lý thú, bất kỳ chứng cứ nào trong số này cũng có khả năng hình thành cơ sở nghiên cứu sau này, chi tiết hơn. Nhà tâm lý học thường sử dụng bảng câu hỏi như phần đầu tiên trong nghiên cứu, sau đó mới tiếp tục áp dụng các phương pháp khác. Chẳng hạn, nghiên cứu lưỡng tính của Bem (Chương 20) bắt đầu bằng cách này và việc sử dụng bảng câu hỏi thống kê vai trò giới tính giúp Bem nhận dạng không chỉ những người thích hợp với các mẫu hành vi vai trò giới tính điển hình mà còn kết hợp đối với những người lưỡng tính hơn trong tiếp cận với đặc điểm của cả hai phái.

Khảo sát thường, mặc dù không phải luôn luôn, bao gồm phương pháp mặt đối mặt, nhưng vẫn bao gồm nhiều người tham gia. Khảo sát đơn thuần chỉ là một bảng câu hỏi đọc to cho người tham gia nghiên cứu nghe, hay có thể gồm cuộc phỏng vấn cấu trúc cao trong đó mỗi câu hỏi được ấn định trước và loại câu trả lời đều được mã hóa cẩn thận. Chẳng hạn, nghiên cứu sự trầm cảm ở các bà nội trợ London của Brown và Harris (Chương 8) bao gồm cuộc khảo sát 539 phụ nữ, sử dụng kỹ thuật phỏng vấn cấu trúc cao. Loại phỏng vấn này khác hẳn với phỏng vấn chất lượng kiểu báo cáo chúng ta sẽ xét đến cuối chương.

PHÂN TÍCH ĐỐI CHỨNG

Trong những năm gần đây, hình thức nghiên cứu khác trở nên phổ biến trong tài liệu học thuật. Như có lẽ bạn đã nhận thấy trong suốt quyển sách này, nghiên cứu thường tạo ra nhiều kết quả mâu thuẫn: nghiên cứu này chứng minh điều này trong khi nghiên cứu khác lại chứng minh ngược lại. Đôi khi, nếu chúng ta muốn tìm hiểu mẫu chung phải như thế nào, thì nói chung (hay một mức độ bất kỳ, một số đông) cũng hữu ích khi khảo sát những nghiên cứu được tiến hành đối với một chủ đề cụ thể và để xem xu thế chung trong chứng cứ ấy là gì. Kỹ thuật này gọi là phân tích đối chứng.

Phân tích đối chứng được sử dụng trong nhiều lĩnh vực thuộc tâm lý học. Chẳng hạn, phân tích đối chứng nghiên cứu sự phục hồi thông tin ngữ nghĩa trong trí nhớ do Ball *và người khác* tiến hành (Chương 3) phát xuất từ lĩnh vực nhận thức, trong khi phân tích đối chứng nghiên cứu lý thuyết nhân cách ẩn của Rosenberg *và người khác* (Chương 15) phát xuất từ tâm lý học xã hội, cũng như phân tích đối chứng nghiên cứu thái độ và hành vi do Ajzen và Fishbein tiến hành (Chương 17). Phân tích đối chứng ban đầu do Naylor tiến hành năm 1962 về tính hiệu quả của tập quen toàn bộ và từng phần đối với sự phát triển kỹ năng (Chương 18). Dĩ nhiên, phân tích đối chứng đặc biệt giá trị trong nghiên cứu cận tâm lý học (Chương 12), vì dữ liệu về hiện tượng cận tâm lý học, theo định nghĩa, đều khó nắm bắt và khó duy trì có hệ thống.

Bản thân phân tích đối chứng không phải lúc nào cũng nhất trí. Như chúng ta đã biết trong Chương 20, hai phân tích đối chứng khác nhau do Hall (1978) và Eisenberg và Lennon (1983) tạo ra kết quả khác nhau: Hall nhận thấy có sự khác nhau rất rõ về giới tính trong khả năng con người giải mã tín hiệu không bằng lời, trong khi Eisenberg và Lennon nhận thấy vấn đề không cực đoan như thế. Một phần, sự khác nhau này phát xuất từ tiêu chuẩn khác nhau mà các nhà nghiên cứu chọn làm yếu tố quyết định cũng như liệu những khác biệt giới tính này thực sự có diễn ra hay không. Như chúng ta đã thấy trong Khung 25.1, chứng cứ từ một nghiên cứu bất kỳ luôn có khả năng mang tính thăm dò, và phải cần một số giải thích. Và nhất là đối với những chủ đề như sự khác biệt giới tính, liệu các nhà nghiên cứu có chấp nhận khả năng chồng chéo hay không tùy vào việc nhận thức chủ đề ở chính bản thân họ cũng như liệu họ có nghĩ sự chồng chéo như thế có khả năng xảy ra không. cũng như đối với mọi hình thức nghiên cứu khác, sự định hướng lý thuyết mà các nhà nghiên cứu tán thành sẽ quyết định họ sẽ đặt ra câu hỏi nào và họ trả lời câu hỏi ấy ra sao.

PHÂN TÍCH CHẤT LƯỢNG

Những năm gần đây cho thấy ngày càng chú ý đến việc sử dụng **phương pháp chất lượng** trong tâm lý học. Từ "chất lượng" dùng để phân biệt với cách sử dụng **phương pháp số lượng** bao gồm dữ liệu thu thập dưới hình thức con số, phân tích theo thống kê – mặc dù thực tế không có sự phân định rạch ròi giữa dữ liệu chất lượng và số lượng (Hayes, 1997b). Thí nghiệm, quan sát mã hóa, bảng câu hỏi và khảo sát, và phân tích đối chứng thường sử dụng phương pháp số lượng, vì chúng thường nhấn mạnh dữ liệu số học và phân tích thống kê. Nhưng đôi khi người ta cũng thu được thông tin chất lượng – một số khía cạnh hành vi con người không thích hợp để phân tích số lượng, nếu chúng ta cố cắt giảm thông tin thành những con số thì sau cùng sẽ mất đi hầu hết ý nghĩa của chúng.

Có nhiều cách khác nhau để tiến hành phân tích chất lượng. Đôi khi điều này bao gồm phân tích dữ liệu phỏng vấn và giải thích của con người về cảm giác của mình, chúng ta sẽ nghiên cứu riêng vấn đề này. nhưng có những cách khác trong đó các nhà tâm lý học sử dụng phân tích chất lượng. Chẳng hạn, nghiên cứu bản đồ nhận thức của Saarinen (Chương 5), yêu cầu sinh viên phác họa bản đồ khu trường sở của mình và để ý bản vẽ của họ. Nghiên cứu quyết định trong chính sách đối ngoại của Mỹ do Janis tiến hành, tiết lộ nhiều yếu tố liên quan đến suy nghĩ nhóm (Chương 5), cũng là một hình thức phân tích chất lượng.

Trong lĩnh vực phát triển ở trẻ, phân tích chất lượng rất có ích để nghiên cứu những định hướng chung chẳng hạn như động cơ thúc đẩy thành tựu. Như chúng ta đã biết trong Chương 18, Winterbottom nghiên cứu điều này bằng cách yêu cầu trẻ hoàn tất một câu chuyện và để ý chủ đề mà trẻ bao gồm, trong khi Rosen và Andrade yêu cầu trẻ dựng tháp bằng các hình khối xây dựng trước sự chứng kiến của bố mẹ. Argyle và Crossland cũng sử dụng phân tích chất lượng trong nghiên cứu cảm xúc tích cực (Chương 13). Bằng cách yêu cầu những người tham gia nghiên cứu nghĩ về những cảm giác thú vị khác nhau và mô tả chúng, họ có khả năng nhận dạng một số khía cạnh cảm xúc tích cực hình thành cơ sở cho nghiên cứu số lượng sau này.

PHỎNG VẤN

Phỏng vấn luôn là phương pháp quan trọng trong nghiên cứu tâm lý học. Có nhiều loại phỏng vấn khác nhau, từ phỏng vấn loại khảo sát hình thức được kiểm soát chặt chẽ cho đến thảo luận trong diện rộng hơn giữa người phỏng vấn và người được phỏng vấn. Massarik (1981) liệt kê 6 loại phỏng vấn khác nhau, trong Bảng 25.2. Phỏng vấn loại khảo sát giống với bảng câu hỏi bằng lời, thường bao gồm phân tích số lượng. Nhưng nhiều nhà nghiên cứu cũng sử dụng phỏng vấn kiểu báo cáo, thoáng hơn, bao gồm phân tích chất lượng.

Phỏng vấn có ích trong việc nhận dạng nhiều khía cạnh khác nhau trong chức năng tâm lý. Chẳng hạn, phỏng vấn về bản đồ nhận thức của Lynch (Chương 5) rất hữu ích trong việc chứng minh con người hiểu thành phố quê hương của họ ra sao. Họ cũng có hạn chế: như chúng ta đã biết trong Chương 5, Nisbett và Wilson nhận thấy con người không phải lúc nào cũng phát biểu bằng lời thật chính xác về cách họ sẽ làm điều gì đó – họ có nhiều khả năng đưa ra lời giải thích hay biện minh. Nhưng bản thân những giải thích ấy có thể đáng quan tâm như chúng ta đã thấy trong nghiên cứu của Guimond và Palmer về sự thay đổi mô tả xã hội của học sinh khi qua nhiều khóa học, hay nghiên cứu cách các nhà khoa học giải thích lý thuyết của riêng mình và đối thủ trong nghiên cứu của Gilbert và Mulkay (Chương 15).

Kỹ thuật này đặc biệt có ích trong việc nhận dạng đặc điểm kinh nghiệm con người mang tính chất riêng tư, cá nhân truyền thống. Chẳng hạn, như chúng ta đã biết trong Chương 14, phỏng vấn quan trọng trong việc phác họa các quá trình làm nền tảng cho sự phát triển và sự đổ vỡ các mối quan hệ dài hạn. Kadushin sử dụng phỏng vấn khi nghiên cứu bố nuôi và việc nhận con nuôi của họ có thành công hay không (Chương 20). Và chúng cũng cho phép khảo sát một vài lĩnh vực trong tâm lý học phát triển tuổi đời: nghiên cứu vòng đời gia đình và các giai đoạn hôn nhân thường có khuynh hướng dựa trên cơ sở dữ liệu phỏng vấn, vì những phương pháp khác không thể khả thi.

Phỏng vấn thường được sử dụng kèm với các phương pháp điều nghiên khác. Chẳng hạn, chúng được sử dụng để bổ sung nghiên cứu tương tác gia đình theo

Bảng 25.2 Các loại phỏng vấn

1. *Phỏng vấn thù địch:* Trong đó người phỏng vấn và người được phỏng vấn có mục tiêu khác nhau. Chẳng hạn, trong cuộc thẩm vấn của cảnh sát, người được phỏng vấn tìm cách giấu thông tin hơn là cung cấp cho người phỏng vấn, trong một phỏng vấn đối đầu chẳng hạn giữa một quan chức hội đồng và thành viên xã hội ít có ý định hợp tác.
2. *Khảo sát hạn chế:* Giống như loại khảo sát nghiên cứu thị trường chung trong đó bạn bị chặn ngoài phố, người ta hỏi về loại sữa chua bạn thích. Những phỏng vấn này mang đặc điểm ít liên quan đến đời sống cá nhân, vì thế người phỏng vấn khá dửng dưng, với sự tham gia ở mức khá tối thiểu ở người được phỏng vấn.
3. *Phỏng vấn báo cáo:* Xác định rõ ràng và có ranh giới chắc chắn nhưng cũng bao hàm mức độ tương tác tích cực cao, cảnh phụ ngẫu nhiên và tiếp xúc với con người. Đôi khi cũng có lịch phỏng vấn rời rạc, dùng để xác định lĩnh vực phỏng vấn chung, nhưng không hạn chế những gì đang được thảo luận. Loại phỏng vấn này thường tạo ra mức độ hợp tác cao giữa người phỏng vấn và người được phỏng vấn.
4. *Phỏng vấn tin tưởng – không cân đối:* Trong đó một người tham gia (thường là người được phỏng vấn) đáng tin hơn người khác chẳng hạn như trong cuộc phỏng vấn giữa bác sĩ và bệnh nhân thông thường.
5. *Phỏng vấn chiều sâu:* Trong đó báo cáo về sự tin cậy được hình thành có cân nhắc, chú ý tìm hiểu quan điểm và động cơ thúc đẩy của người được phỏng vấn. Loại phỏng vấn này ngày càng phổ biến trong nghiên cứu tâm lý học và cũng được sử dụng trong tiếp thị và trong nghiên cứu nhân chủng học và lâm sàng.
6. *Phỏng vấn hiện tượng học:* Trong đó có lượng quan tâm và tin cậy cao nhất giữa người phỏng vấn và người được phỏng vấn. Phỏng vấn này có thể trở thành một thảo luận không giới hạn – có rất ít ranh giới hay giới hạn trong nội dung phỏng vấn.

Nguồn: Phỏng theo Massarik, 1981

tập tính học, chẳng hạn như trong nghiên cứu của Dunn *và người khác* về sự an ủi của trẻ đối với anh chị em ruột trong nhà (Chương 19). Đôi khi, nghiên cứu phỏng vấn cũng tiết lộ nhiều lĩnh vực kinh nghiệm mà những nghiên cứu khác không tiếp cận được chẳng hạn như nghiên cứu văn hóa sân chơi ở trẻ do Iona và Peter Opie (Chương 4), trong đó các nhà nghiên cứu phỏng vấn trẻ trên khắp nước, đề nghị trẻ cho họ biết về trò chơi của chúng.

TIẾP CẬN TÌNH TIẾT, MÔ TẢ

Năm 1979, Rom Harré cho rằng những phương pháp trong đó các nhà tâm lý học nghiên cứu tương tác xã hội theo truyền thống thường khá vô nghĩa – vì chúng quá hạn chế và chọn những đơn vị nhỏ chẳng hạn như hành vi xã hội để làm cơ sở phân tích. Như một phương pháp thay thế, Harré cho rằng nghiên cứu hành vi xã hội nên áp dụng tiếp cận **tình tiết, mô tả**, bao gồm hai đặc điểm rất đặc biệt khác với phương pháp luận tâm lý học truyền thống. Thứ nhất, bao gồm việc xem **tình tiết** như đơn vị phân tích thích hợp hơn là động tác hay hành động – con người trải qua đời sống như một loạt tình tiết, giống như các hồi trong một vở kịch, và nếu chúng ta thực sự muốn có được kinh nghiệm xã hội thì điều thích hợp hơn là nên xét đến toàn bộ tình tiết hơn là tập trung vào những hành động hay động tác đơn giản.

Giải thích và chuyện trò

Khía cạnh thứ hai của tiếp cận tình tiết là sự nhấn mạnh đến **phân tích giải thích.** Harré cho rằng giải thích kinh nghiệm của riêng một cá nhân là dữ liệu xã hội quan trọng và có ý nghĩa vì cho chúng ta biết con người hiểu những gì xảy ra với họ như thế nào. Như chúng ta đã biết trong Chương 7 và các chương khác, hầu như cách con người tìm hiểu những gì đang xảy ra đối với mình quyết định cách họ tương tác với người khác.

Giải thích được sử dụng trong hầu hết các lĩnh vực tâm lý học. Ngay cả trong nghiên cứu sinh lý, báo cáo cảm giác của bệnh nhân cũng quan trọng – chẳng hạn, các nghiên cứu cảm giác và nhận thức về việc mở não của Penfield và Rasmussen (Chương 12) hay nghiên cứu về động cơ thúc đẩy của Quaade (Chương 13) về điều bệnh nhân mô tả là dữ liệu cần thiết trong việc nhận dạng phần não nào tham gia cảm giác nhận thức. Trong khía cạnh ấy, Harré không đưa ra một điều nào hoàn toàn mới: những gì ông đưa ra là phân tích giải thích nên được xem là cách tìm hiểu sự vật có giá trị hơn là được sử dụng đơn thuần khi không có phương pháp thay thế.

Như chúng ta đã biết trong nghiên cứu cổ động viên bóng đá của Marsh *và người khác* (Chương 17), tiếp cận tình tiết, mô tả cung cấp hiểu biết các khía cạnh hành vi xã hội vẫn khó nắm bắt nếu sử dụng phương pháp theo quy ước nhiều hơn. Nhiều nhà tâm lý học khác cũng sử dụng phân tích giải thích: chẳng hạn, nghiên cứu chiến lược duy trì mối quan hệ của Ayres (Chương 14) hoàn toàn trên cơ sở giải thích thu thập từ những đôi vợ chồng cho biết cách họ duy trì mối quan hệ. Và giải thích cảm giác của thành viên đám đông do Benewick và Holton thu thập trong chuyến thăm của Đức Giáo hoàng rất hữu ích trong việc thể hiện cảm giác khẳng định tích cực khi cá nhân là một bộ phận trong một đám đông hòa bình (Chương 17).

Một số khía cạnh trong phân tích giải thích tập trung vào cách con người phát biểu sự vật – về tính chất trò chuyện. Potter và Wetherall (Chương 4) nhận dạng **phân tích trò chuyện** như một phương pháp quan trọng để hiểu được giả định xã hội cơ bản. Nghiên cứu cách mà con người phát biểu vấn đề cũng để lộ nhiều điều. Chẳng hạn, nghiên cứu nhân chủng học của Lutz về những từ khác nhau để biểu đạt sự giận dữ trong ngôn ngữ Ifaluk cho thấy nhiều khái niệm khác hẳn nhau thường được cô đọng thành một từ vỏn vẹn trong tiếng Anh là "anger" ra sao (Chương 15). Tương tự, nghiên cứu của Spender và người khác mà chúng ta khảo sát trong Chương 4 cho thấy cách sử dụng ngôn ngữ phân biệt giới tính ảnh hưởng đến việc phản ánh giả định xã hội cũng như định hình suy nghĩ ra sao.

Những hình thức phân tích giải thích khác cũng hữu ích đối với các nhà tâm lý học. Stratton và Swaffer chứng minh việc phân tích quy kết cơ bản rất có ích trong việc định hướng liệu pháp tại gia đối với bố mẹ của trẻ bị ngược đãi (Chương 15). Trong nghiên cứu này, chính tính chất giải thích được bố mẹ đưa ra là những lưu ý quan trọng. Những giải thích này thể hiện suy nghĩ về khả năng có thể kiểm soát, hay nếu thiếu khả năng ấy, đang nằm ở tâm điểm vấn đề.

VẤN ĐỀ ĐẠO ĐỨC TRONG TÂM LÝ HỌC

Những năm gần đây ngày càng có nhiều sự quan tâm về **vấn đề đạo đức** ở các nhà tâm lý học trên khắp thế giới. Một phần, điều này phản ánh sự quan tâm ngày càng nhiều đến khả năng giải trình trong mọi nghề chuyên môn, khi xã hội tự điều chỉnh mình trở thành dính líu đến chủ nghĩa tư bản tiêu dùng và sự nhấn mạnh vào cá nhân, một phần cũng vì xuất hiện sự phản đối các trường phái tư tưởng lạc hậu, máy móc khi tâm lý học không cần phải tự bảo vệ mình trước những lời quả quyết tâm lý học là "phi khoa học" nữa, và bắt đầu tìm hiểu nhiều cách thay thế trong nghiên cứu con người. Cũng có những yếu tố khác. Nhưng lý do là gì đi nữa thì kết quả vẫn là sự thay đổi chú ý rất đáng kể, tránh khỏi quan niệm khoa học "không giá trị", và hướng nguyên tắc trách nhiệm đạo đức về các nhà tâm lý học.

Điều này có nhiều ngụ ý đối với nghiên cứu tâm lý học. Tâm lý học như một môn học đã thay đổi đáng kể qua nhiều năm, khi thay đổi thì phương pháp luận tâm lý học cũng thay đổi theo. Chẳng hạn, đầu chương này chúng ta nghiên cứu những phương pháp điều nghiên chất lượng mới hơn trong tâm lý học, và chúng khác với những phương pháp số lượng truyền thống vì nhấn mạnh vào ý nghĩa xã hội và tính giá trị của kinh nghiệm cá nhân. Những gì được cô đọng qua các phương pháp này là sự tôn trọng những người tham gia nghiên cứu tâm lý học ngày càng tăng.

Khi xét đến nhiều nghiên cứu ban đầu, bạn có thể hiểu rằng tâm lý học trong 60 năm đầu của thế kỷ 20 chấp nhận lập trường nói chung là khai thác vấn đề chủ thể. Những người tham gia nghiên cứu tâm lý học được đối xử như thể "chủ thể", người ta cho rằng những người ấy về cơ bản phải thụ động, chỉ phản ứng đối với những tình huống do người thí nghiệm khai thác. Dĩ nhiên, tâm lý học không còn tán thành lập trường này nữa. Y học cũng có tiếp cận tương tự cũng như nhiều môn học khác trong xã hội phương Tây.

"Chủ thể" tích cực

Tuy nhiên trong thập niên 1960 và sau này, nhiều nhà tâm lý học bắt đầu chọn quan điểm cho rằng có lẽ những người tham gia nghiên cứu không nên bị động. Nghiên cứu dự đoán tự thực hiện của Rosenthal (Chương 16), và nghiên cứu đặc điểm yêu cầu thí nghiệm ảnh hưởng đến hành vi con người của Orne (Chương 11), là một phần trong tập hợp nghiên cứu rộng cho thấy con người không bị động trong thí nghiệm tâm lý học: họ không chỉ có chờ và phản ứng trước những gì diễn ra đối với mình. Thay vào đó, họ tích cực tìm hiểu ý nghĩa điều gì đang diễn ra và phản ứng đối với những gì họ hiểu sẽ xảy ra.

Năm 1977, Silverman chứng minh phần lớn mô tả được cho là "kinh điển" trong tâm lý học chẳng hạn như thí nghiệm biến đổi điều kiện ngoại cảnh trong đó con người rõ ràng được rèn luyện một cách vô thức sử dụng danh từ số nhiều hay tính từ bằng cách được củng cố chỉ "hoạt động" nếu con người liên quan nhận biết điều gì đang diễn ra. Ngoài việc là "chủ thể" bị động trong thí nghiệm, con người phát triển những gì họ nghĩ là nên làm, sau đó hợp tác với người thí nghiệm để tạo ra kết quả. từ những cuộc phỏng vấn với những người tham gia thí nghiệm tâm lý học, Silverman chứng minh rằng phát triển những gì mà người thí nghiệm muốn là một khía cạnh quan trọng trong tư cách của người tham gia nghiên cứu.

Dĩ nhiên, điều này không quan trọng nếu nghiên cứu tâm lý học hoạt động trên cơ sở đang liên hệ với con người thật sự, tích cực. Nhưng nhiều phương pháp luận tâm lý học trong nửa đầu thế kỷ 20 đã xây dựng mô hình theo các nền khoa học cụ thể: quan điểm cho rằng người thí nghiệm phải khai thác trong khi vấn đề chủ thể vẫn giữ nguyên không đổi. Đối với những người theo thuyết Hành vi và các nhà tâm lý học thực nghiệm khác cũng chịu ảnh hưởng, sự khác biệt duy nhất giữa con người và mẫu kim loại là cần được quan tâm nhiều hơn trong việc kiểm soát điều kiện khi tiến hành thí nghiệm với con người.

Người tham gia nghiên cứu

Tiếp cận gần đây trong nghiên cứu tâm lý học như chúng ta đã biết hoạt động trên một tập hợp giả định khác hẳn về người tham gia nghiên cứu. Vì một lẽ, họ được gọi là **người tham gia nghiên cứu** chứ không phải là "chủ thể", điều này chỉ là sự thay đổi từ ngữ, phản ánh sự nhận thức rằng con người chủ động tham gia và hợp tác với nhà nghiên cứu, bản thân họ cũng có một điều gì đó có giá trị để phô bày. Ngoài ra, tiếp cận chất lượng thừa nhận giá trị của việc nghiên cứu kinh nghiệm của riêng cá nhân, và thu thập chứng cứ của riêng họ về kinh nghiệm ấy. Điều này phản ánh thái độ tôn trọng gia tăng rất nhiều đối với người tham gia nghiên cứu tâm lý học.

Thái độ tôn trọng gia tăng này có nghĩa là chúng ta cũng cần nghĩ lại nhiều thông lệ vốn phổ biến trong phương pháp luận tâm lý học trước đây. Nhiều nghiên cứu tâm lý học trước đây cho thấy hoàn toàn thiếu sự tôn trọng đối với người khác có liên quan. Chẳng hạn, nghiên cứu thư viện của Felipe và Sommer, chúng ta đã khảo sát trong Chương 13, trong đó người nghiên cứu đi vào thư viện, cố ý xâm phạm khoảng cách riêng tư của những người sử dụng thư viện, bằng cách ngồi thật gần họ và để ý xem trong bao lâu họ sẽ gấp sách vở để đi nơi khác. trong khi điều này không phải là hành động trực tiếp gây hại – không có ai bị tổn thương mặc dù cảm thấy rất khó chịu – nhưng minh họa rất rõ việc thiếu tôn trọng người tham gia nghiên cứu trong mô thức thí nghiệm trước đây. Người sử dụng thư viện là những người có đời sống của riêng mình, họ có quyền tiếp tục công việc trong sự yên tĩnh. Nhưng điều này không được xét đến: các nhà thí nghiệm cho rằng họ có quyền cản trở người khác, cho đó là mặc nhiên, vì mục đích nghiên cứu.

SỰ ĐÁNH LỪA

Minh họa khác của việc thiếu tôn trọng liên quan đến việc sử dụng **sự đánh lừa** trong nghiên cứu tâm lý học. Trước đây người ta thường nghĩ không những sự đánh lừa hữu ích mà còn đáng mong muốn và thậm chí cần thiết khi đánh lừa người tham gia nghiên cứu về mục đích nghiên cứu, vì nếu không thì nhận thức của họ sẽ "ô nhiễm" chứng cứ. Nhưng ngày nay chúng ta có thái độ khác đối với sự đánh lừa. Một phần tôn trọng người tham gia nghiên cứu có nghĩa là thừa nhận rằng con người phải có quyền biết điều gì đang diễn ra. Vì thế sự đánh lừa, nói chung, không được xem là có thể chấp nhận về mặt đạo đức khi nghiên cứu con người.

Dĩ nhiên, trong một số trường hợp cũng cần phải đánh lừa. Nhưng có thể thấy phần hướng dẫn đạo đức liệt kê trong Bảng 25.3, sự đánh lừa như thế nên tránh bất cứ khi nào có thể và chỉ sử dụng trong nhất thời. Các bộ phận nghiên cứu tâm lý ngày nay đều có ủy ban đạo đức đánh giá nghiên cứu và cũng đánh giá liệu nghiên cứu có cần thực sự biện minh cho sự đánh lừa hay không. Nếu không, hay nếu có những cách tiến hành nghiên cứu khác thì người nghiên cứu không được phép tiến hành.

Cho phép đánh lừa

Điều này đôi khi tạo ra những cách tiến hành nghiên cứu rất giàu tưởng tượng. Chẳng hạn, trong nghiên cứu về bạo loạn nhóm của Gamson *và người khác* mà chúng ta khảo sát trong Chương 15, điều cần thiết là những người tham gia không nên biết mục đích nghiên cứu – nếu họ biết thì không thể bạo loạn. Vì thế đúng ra là hành động phi đạo đức, các nhà nghiên cứu tạo ra một kỹ thuật mới để được phép đánh lừa người tham gia. Những người tình nguyện tham gia nghiên cứu được liên lạc qua điện thoại và được phỏng vấn liệu họ có sẵn sàng

Bảng 25.3 Hướng dẫn đạo đức trong nghiên cứu con người

1. Nhà nghiên cứu luôn xét đến ngụ ý đạo đức và hậu quả tâm lý đối với người tham gia nghiên cứu.

2. Nhà nghiên cứu nên thông báo cho người tham gia biết mục tiêu nghiên cứu và phải được họ đồng ý.

3. Giấu thông tin hay đánh lạc hướng người tham gia là không thể chấp nhận được. Nên tránh sự cố tình đánh lừa.

4. Phải phỏng vấn người tham gia đầy đủ sao cho họ hiểu được tính chất nghiên cứu.

5. Nhà nghiên cứu phải nhấn mạnh quyền của chủ thể rút lui khỏi cuộc thí nghiệm vào bất cứ lúc nào.

6. Mọi dữ liệu thu thập phải được xử lý bảo mật trừ phi có sự thỏa thuận trước

7. Nhà nghiên cứu phải bảo vệ người tham gia không bị phương hại về cơ thể lẫn tâm thần trong và sau nghiên cứu.

8. Nghiên cứu trên cơ sở quan sát phải tôn trọng sự riêng tư và sự lành mạnh tâm lý ở người được nghiên cứu.

9. Nhà nghiên cứu phải quan tâm đưa ra lời khuyên đối với những rối loạn tâm lý

10. Nhà nghiên cứu chia sẻ trách nhiệm đối xử đạo đức và khuyến khích người khác thay đổi quan điểm nếu cần.

Nguồn: Phỏng theo Hội tâm lý học Anh quốc, 1990

tham gia những loại hình nghiên cứu sau:

a. Nghiên cứu nhận biết nhãn hiệu sản phẩm.

b. Nghiên cứu tính an toàn của sản phẩm.

c. Nghiên cứu trong đó bạn bị đánh lừa về mục đích cho đến sau này.

d. Nghiên cứu về tiêu chuẩn nhóm".

Chỉ những người đồng ý với mục thứ ba mới được chọn để nghiên cứu (mặc dù, trong thực tế, hầu như ai cũng được chọn). Vì thế, trong trường hợp này, mặc dù các nhà nghiên cứu đánh lừa người tham gia, nhưng họ chỉ đánh lừa những người đầu tiên đồng ý bị lừa.

Mặc dù không phải đánh lừa nào cũng không thể chấp nhận được. Như chúng ta đã biết trong nghiên cứu tham gia, nhà nghiên cứu tham gia một nhóm xã hội như một người tham gia hơn là một người quan sát. Rõ ràng, trong trường hợp này nếu họ phải tuyên bố ngay từ đầu rằng mình là những nhà tâm lý học tiến hành nghiên cứu thì những người khác sẽ không hành động như bình thường, nghiên cứu sẽ vô ích.

Nghiên cứu của Festinger *và người khác* về niềm tin của giáo phái "Ngày phán quyết" khi dự đoán của họ không được khẳng định (Chương 17) lẽ ra không thể thực hiện nếu không có một số mức độ đánh lừa nào đó của người nghiên cứu. Vì thế nghiên cứu gọi tên trong chẩn đoán tâm thần của Rosenhan, chúng ta khảo sát trong Chương 8. Tuy nhiên nghiên cứu này nêu bật nhiều vấn đề quan trọng về mặt xã hội và trực tiếp là nguyên nhân dẫn đến một số cải cách cần thiết trong quá trình chẩn đoán bệnh tâm thần.

Đánh giá vấn đề đạo đức

Điều hiển nhiên là vấn đề đạo đức trong nghiên cứu tâm lý học bao gồm việc cân nhắc những yếu tố khác nhau có liên quan – không có quy tắc nào đơn giản, rạch ròi để áp dụng. Reynolds (1982) cho rằng chúng ta nên nghiên cứu vấn đề đạo đức trong nghiên cứu xã hội theo ba tiêu chuẩn, liệt kê trong Bảng 25.4 bao gồm không chỉ ngụ ý xã hội trong khi nghiên cứu mà còn ảnh hưởng đến người tham gia và tính nguyên vẹn của người nghiên cứu. Luôn có yếu tố đánh giá trong quyết định đạo đức, chính vì lý do này mà các bộ phận tâm lý học đều duy trì ủy ban

Bảng 25.4 Tiêu chuẩn đánh giá các vấn đề đạo đức

1. *Tiêu chuẩn hiệu dụng, chi phí - lợi ích:* Từ nghiên cứu chúng ta có biết được nhiều hơn mức mình có thể làm khi tiến hành nghiên cứu theo cách khác hay không, và nếu có, như thế có đáng giá hay không?
2. *Ảnh hưởng đối với người tham gia:* Nghiên cứu của chúng ta sẽ có kết quả gì đối với người tham gia? Rõ ràng, nếu quan sát ẩn không có ảnh hưởng gì đi nữa, điều này khác với nghiên cứu trong đó sự can thiệp ẩn tạo ra thay đổi.
3. *Vấn đề tính toàn vẹn cá nhân:* Chúng ta có phải tham gia sự không thành thật và khai thác cá nhân hay không, nếu có thì theo suy nghĩ nhân văn điều này nổi bật đến mức độ nào?

Nguồn: Phỏng theo Reynolds, 1982

đạo đức. Đánh giá liệu một chương trình nghiên cứu đề xuất được chấp nhận về mặt đạo đức hay không cần phải có ý kiến của nhiều người – điều quan trọng đến mức không thể bỏ sót đối với cá nhân người nghiên cứu.

Áp dụng tiêu chuẩn của Reynold vào nghiên cứu của Rosenhan, chúng ta cho rằng thông tin thu thập được không thể có được bằng bất kỳ cách nào khác, về chức năng, nó cũng đáng giá khi cảnh báo với giới chuyên môn về những lĩnh vực quan trọng đáng ngờ trong chẩn đoán tâm thần. Cũng có thể cho rằng bất kỳ ảnh hưởng xấu của nghiên cứu đều do người nghiên cứu mà ra: chính những người bị chẩn đoán mắc bệnh tâm thần, do đó tham gia mối quan hệ bất lực với cơ sở y tế. Đối với tiêu chuẩn thứ ba, điều chắc chắn là sự không trung thực – chuyên môn bị che giấu cũng như báo cáo triệu chứng không đúng – nhưng việc ứng dụng để hình thành kiến thức cũng phải thận trọng, cá nhân không được nhận dạng và thông tin có thể làm lúng túng cá nhân cụ thể cũng không được tiết lộ.

Sự đánh lừa được biện minh

Có những nghiên cứu khác cho thấy chắc chắn sự nghiên cứu ẩn đôi khi là tùy chọn duy nhất đối với người nghiên cứu. Có lẽ minh họa cực đoan nhất của điều này là luận văn của Bruno Bettelheim (1943) về đồng nhất xã hội trong trại tập trung. Bettelheim ở trong trại Dachau trước khi trốn thoát, vì thế có kinh nghiệm con người nên duy trì như thế nào hay họ làm cách nào đánh mất nhận dạng cá nhân trong những tình huống khủng khiếp như thế. Bản thân ông nhận thấy rằng mình phải bám víu vào nhận dạng của chính mình trong tư cách nhà tâm lý học xã hội, trong thời gian trong trại ông áp dụng những chiến lược tâm thần khắt khe – kể cả kỹ thuật ghi nhớ hình thức, vì không có cơ hội để viết – trong khi nghiên cứu các quá trình xã hội đang diễn ra. Nghiên cứu của ông cung cấp khả năng hiểu biết đáng giá cũng như đối với quá trình xã hội đang diễn ra giữa lính gác và bạn tù cũng như giữa bạn tù với nhau. Che giấu những việc ông đang làm là điều cần thiết, nếu không ông khó sống. Nhưng không có vấn đề nghiên cứu của ông mang tính chất đạo đức.

Không phải sự đánh lừa nào cũng đều phi đạo đức. Nhưng thái độ phóng túng đối với sự đánh lừa được nhiều nhà tâm lý học trước đây tán thành cũng không thể chấp nhận. Nói chung, các nhà tâm lý học hiện đại đang chọn những tiếp cận nghiên cứu không cần phải đánh lừa – họ xem những người mình đang nghiên cứu như những người tham gia tích cực trong nghiên cứu hơn là vấn đề chủ thể cần được khai thác và đánh lừa.

NGUYÊN NHÂN GÂY ĐAU KHỔ TÂM LÝ

Trong trường hợp nghiên cứu của Gamson *và người khác*, chúng ta đã khảo sát trước đây và trong Chương 16, nghiên cứu được giám sát rất thận trọng. Sau cùng, những người nghiên cứu chỉ khảo sát 33 nhóm thay vì 80 nhóm theo kế hoạch vì quá trình có vẻ gây ra quá nhiều đau khổ đối với người tham gia. Điều này phản ánh sự quan tâm đạo đức cơ bản khác của những người nghiên cứu hiện đại – cần phải tránh gây đau khổ tâm lý đối với người tham gia.

Albert con và môn đệ

Tránh đau khổ cá nhân không phải là vấn đề mà các nhà tâm lý học nghĩ đến. Nghiên cứu "Albert con" nổi tiếng do Watson và Rayner tiến hành bao gồm việc làm cho một đứa bé 9 tháng tuổi sợ hãi có hệ thống bất cứ khi nào bé nô đùa với con vật cưng là chuột bạch cho đến khi sau cùng bé mắc phải chứng sợ. Albert con được chọn để nghiên cứu vì bé rất thản nhiên, không hề tỏ ra bối rối với bất cứ chuyện gì. Nhưng vào lúc nghiên cứu kết thúc, bé hay hoảng sợ và dễ lo lắng. Watson và Rayner thực ra không hề biến đổi điều kiện ngoại cảnh của Albert con khi mẹ bé đưa bé từ bệnh viện về nhà trước khi họ có cơ hội. trong báo cáo nghiên cứu này, trường hợp này được xử lý hoàn toàn như sự bất tiện – nói chung không hề nhận biết rằng nguyên nhân gây đau khổ như thế không thể chấp nhận về mặt đạo đức. Các nhà nghiên cứu cho rằng trong tư cách nhà khoa học họ có quyền đối xử với "chủ thể" của mình tùy thích.

Nghiên cứu của Watson và Rayner được báo cáo vào năm 1920. Vào thập niên 1960, tình thế cải thiện đôi chút, các nhà nghiên cứu không còn nhân danh khoa học để làm trẻ sợ hãi nữa. Nhưng vẫn còn nhiều nghiên cứu được tiến hành ít nhiều không đáng mong muốn. Trong một nghiên cứu sự hấp dẫn, sinh viên nữ được phân phát trắc nghiệm nhân cách, sau này được yêu cầu đứng ngoài văn phòng để chờ kết quả (Walster, 1965). Trong khi họ đứng chờ, một người đàn ông đẹp trai đến gần mỗi nữ sinh viên, trò chuyện với họ và sau cùng hẹn hò đi chơi. Thanh niên ấy là người đồng mưu của những người thí nghiệm.

Khi số nữ sinh này vào phòng để biết kết quả trắc nghiệm nhân cách, người ta đưa cho họ một trong số hai kết quả (giả): một trình bày họ có đặc điểm tích cực, mục đích làm tăng thái độ tự trọng, một trình bày nhân cách của họ theo cách tiêu cực, mục đích làm giảm thái độ tự trọng. Sau đó họ được yêu cầu đánh giá sự hấp dẫn của một loạt người kể cả thanh niên họ vừa gặp. Walster nhận thấy số nữ sinh trong nhóm "thái độ tự trọng thấp" đánh giá thanh niên ấy cao hơn số nữ sinh thuộc nhóm thái độ tự trọng cao. Ý kiến cho rằng họ cảm thấy bị thanh niên ấy thu hút nhiều hơn vì anh ta đã tạo "sự thúc đẩy tâm lý" đối với lòng tự tin của họ vào thời điểm họ cảm thấy mình cần.

Đây là loại nghiên cứu khá tiêu chuẩn đối với thời đại ấy. Nhưng ngụ ý đạo đức không đáng mong muốn chút nào. Số nữ sinh tham gia nghiên cứu chỉ bị lừa dối nhưng những lời nói dối người ta dành cho họ cố ý nhằm mục đích hạ thấp thái độ tự trọng. Có nhiều nghiên cứu tâm lý học đáng kể chứng minh thái độ tự trọng rất quan trọng cho chức năng tâm lý lành mạnh – chẳng hạn xem các Chương 7 và 14. Vì thế nghiên cứu này, giống như nghiên cứu của Watson và Rayner, mặc dù kém ấn tượng hơn, rõ ràng là thái độ không tôn trọng sự lành mạnh của cá nhân. Mặc dù vào thời ấy không bị phê bình nhưng ủy ban đạo đức ngày nay không cho phép nghiên cứu như thế.

Kết quả tổn hại tiềm năng

Thực ra, một số nghiên cứu bị phê bình thường có vẻ được tiến hành cẩn thận hơn nhiều. Chẳng hạn, Milgram rất thận trọng trong việc giữ liên lạc với tất cả những người tham gia thí nghiệm phục tùng của ông (Chương 16), 99% số người tham gia báo cáo rằng họ rất vui khi tham gia cho dù có lúc cũng cảm thấy căng thẳng. Nhưng dù sao nghiên cứu của ông cũng bị Baumrind (1964) chỉ trích cho rằng kết quả này không thể dự đoán. Cho dù tất cả có phát triển trong điều kiện tốt nhất, nhưng có rủi ro đối với sự lành mạnh của cá thể là một thông lệ không thể chấp nhận về mặt đạo đức. Phần lớn tranh luận phát xuất từ chỉ trích của Baumrind đối với nghiên cứu của Milgram đã đưa vấn đề đạo đức vào những việc cần làm trong ngành tâm lý học.

Thêm lần nữa, cần phải tính toán chi phí. Milgram phát hiện vấn đề từ khả năng phục tùng hoàn toàn không thể dự đoán – những người được cho biết trước về kết quả có thể của cuộc thí nghiệm như thế đều đánh giá quá thấp khuynh hướng nghe theo người có uy quyền. Những nghiên cứu này thay đổi hiểu biết của chúng ta về mặt nhân tính xã hội. Vì thế chúng ta vẫn còn học hỏi từ nghiên cứu của Milgram ngay cả khi chúng ta công nhận rằng nghiên cứu sự phục tùng hiện đại cần một tiếp cận khác.

NGHIÊN CỨU ĐỘNG VẬT

Như chúng ta đã biết trong sách này, tâm lý học bao gồm nghiên cứu hành vi động vật cũng như hành vi con người. Chúng ta đã biết trong Chương 22 có hai lý do đối với điều này. Một – có thể quan trọng hơn – là hành vi động vật là nguồn quan tâm duy nhất. Thứ hai là bằng cách nghiên cứu động vật chúng ta phát hiện vấn đề về con người. Nghiên cứu động vật trong tâm lý học thay đổi từ nghiên cứu sinh lý chức năng hoạt động của não cho đến thí nghiệm hành vi trong đó động vật học cách ấn đòn bẩy hay thực hiện những công việc khác để đổi lấy phần thưởng, cho đến những quan sát tập tính học của động vật trong môi trường sống tự nhiên. Như chúng ta nhận thấy, không phải tất cả những đặc điểm này đều gây tranh luận về mặt đạo đức. Chẳng hạn, một vài người cho rằng về mặt đạo đức việc nghiên cứu động vật trong môi trường sống tự nhiên của chúng là không thể chấp nhận được, hầu hết nghiên cứu động vật chúng ta xét đến trong Chương 23 đều làm như thế.

Mặc dù nghiên cứu ở thái cực khác đáng tranh luận nhiều hơn. Nếu chúng ta nghiên cứu cách nghiên cứu bộ não và những hình thức chức năng sinh lý khác của các nhà tâm lý học thì chúng ta nhận thấy rằng những nghiên cứu này thường là sự giải phẫu sống: nghiên cứu những bộ phận trong não hay cơ thể động vật được cắt bỏ để quan sát ảnh hưởng xảy ra sau đó. Cũng như với mọi vấn đề đạo đức khác, ở đây không thể áp dụng quy tắc đơn giản, rạch ròi – mặc dù dĩ nhiên con người có quan điểm của riêng mình.

Chủ đề nghiên cứu có thể chấp nhận

Có một lập luận cho rằng nghiên cứu y học ở động vật có thể chấp nhận trong khi nghiên cứu thương mại, chẳng hạn đối với mỹ phẩm, thì không. Theo lập luận này, phần lớn nghiên cứu sinh lý ở động vật có thể chấp nhận vì thường liên quan đến việc hiểu biết nhiều hơn về chức năng thần kinh học, thường không có những ứng dụng thương mại trực tiếp. Tuy nhiên, nhiều người cho rằng nghiên cứu nhận thức ban đầu (Chương 3) hay một số nghiên cứu sinh lý (chẳng hạn nghiên cứu về giấc ngủ trong Chương 11) là độc ác không cần thiết. Khi cuộc vận động quyền lợi động vật được tiếp sức, giá trị của những nghiên cứu động vật ngày càng bị nghi vấn, sự hạn chế của luật pháp và hướng dẫn chuyên môn về việc sử dụng động vật trong nghiên cứu ngày càng khắt khe hơn.

Mọi người đều có ý kiến của riêng mình cũng như việc nghiên cứu y học ở động vật có được biện minh hay không, và chính bạn cũng có riêng suy nghĩ của mình về vấn đề này. Nhưng chắc chắn cũng có nhiều lý lẽ và quan điểm thịnh hành – đối với hai mặt. Chẳng hạn, Gray 1985) chứng minh thí nghiệm ở động vật đã giúp các nhà sinh lý học hiểu biết trực tiếp rõ hơn về tác dụng của dược phẩm chống lo âu, có nghĩa nên phát triển và sử dụng số dược phẩm này an toàn hơn. nghiên cứu mèo con trong môi trường thị giác hạn chế của Blakemore (Chương 2) giúp chúng ta hiểu biết nhiều hơn về tật loạn thị ở người. Lập luận của những nhà nghiên cứu này cho rằng, trong khi thí nghiệm động vật bị hạn chế, được kiểm soát để tránh sự đau đớn không cần thiết, thì cũng ngăn cản họ tìm hiểu, đưa vấn đề ra ánh sáng.

Trái lại, những người phản đối nghiên cứu động vật, cho rằng sinh lý học động vật khác với sinh lý học con người, chỉ vì chúng ta nhận thấy một cơ chế có vẻ tương tự nhưng điều này không có nghĩa tất cả đều giống nhau. Chẳng hạn, nghiên cứu cấu trúc não hay chức năng hoạt động ở số chuột thí nghiệm không hẳn cho chúng ta biết về con người. Có lẽ, thật trớ trêu chứng cứ thuyết phục nhất đối với điều này bắt nguồn từ một trong những loại thí nghiệm ở động vật này. Như chúng ta đã biết trong Chương 12, Fisher (1964) nhận thấy việc tiêm cùng chất truyền thần kinh như nhau vào cùng một bộ phận trong não của mèo và chuột đều tạo ra phản ứng hoàn toàn khác hẳn.

Hướng dẫn nghiên cứu

Hướng dẫn đạo đức trong nghiên cứu động vật ngày nay được thực thi có sự hỗ trợ của pháp luật. Các nhà nghiên cứu phải tuyên thệ không được gây đau đớn hay đau khổ cho động vật. Họ cũng được lệnh phải đảm bảo rằng nghiên cứu có giá trị. Chẳng hạn, điều hai trong Hướng dẫn sử dụng động vật trong nghiên cứu của Hội tâm lý học Anh quốc qui định:

"Nếu động vật bị giam cầm câu thúc, bị phương hại hay bị căng thẳng dưới bất kỳ hình thức nào thì nhà nghiên cứu phải cân nhắc liệu kiến thức thu thập có biện minh cho quy trình thí nghiệm hay không. Một số kiến thức không quan trọng và thí nghiệm không nên tiến hành là vì có thể gây hậu quả như thế. Nên xem xét những biện pháp thay thế thí nghiệm ở động vật".

(Hội tâm lý học Anh quốc, 1985:12)

Mặc dù định nghĩa đau đớn và đau khổ không phải là chuyện dễ. Chẳng hạn, số khỉ của Harlow chịu đựng trong suốt đời dẫn đến chứng loạn tâm thần do việc bị nuôi cách ly (Chương 22). Và Jane van Lawick-Goodall giải thích về hắc tinh tinh Lucy được nuôi cùng với con người, học được ngôn ngữ ký hiệu giống như số hắc tinh tinh chúng ta khảo sát trong Chương 24. Khi đã đủ lớn, Lucy được đưa vào rừng sống chung với đàn hắc tinh tinh. Khi một khách tham quan mà Lucy nhận biết khi người này đến thăm đàn hắc tinh tinh, thì Lucy ra dấu thất vọng: "vui lòng giúp, ra ngoài". Quan điểm lâu dài trong nghiên cứu hắc tinh tinh và khỉ đột gần như lúc nào cũng tiến hành với những động vật này trong khi chúng còn trẻ, đôi lúc có vẻ bị xem nhẹ. Tuy nhiên một trong những tiêu chuẩn quan trọng nhất chúng ta áp dụng trong thí nghiệm với trẻ là bất cứ điều gì có thể gây tổn hại lâu dài đều nên loại trừ.

Đến lúc mỗi cá nhân nên đánh giá việc xem lại nghiên cứu động vật có thể chấp nhận ở mức độ nào mặc dù cũng như đối với cân nhắc đạo đức trong nghiên cứu liên quan đến người, điều này không phải hoàn toàn thuộc về đánh giá của cá nhân nhà nghiên cứu. Bảng 25.5 nêu ra hướng dẫn đạo đức đối với các nhà tâm lý học sử dụng động vật nghiên cứu: đây là một phần trong Đạo luật hạnh kiểm đối với nhà tâm lý học chuyên nghiệp của Hội tâm lý học Anh quốc. Cũng như với những nghiên cứu ở con người, đề xuất nghiên cứu động vật phải được xem xét thận trọng với sự chấp nhận của uỷ ban chuyên môn. Kết quả tự nhiên của điều này, nghiên cứu tâm lý học ở động vật

Bảng 25.5 Hướng dẫn đạo đức trong nghiên cứu động vật

1. *Luật pháp:* Nhà nghiên cứu phải tuân thủ luật pháp bảo vệ động vật như được phác họa trong sổ tay Liên đoàn đại học vì phúc lợi động vật.
2. *Cân nhắc đạo đức:* Nếu động vật bị giam cầm câu thúc, bị phương hại hay bị căng thẳng dưới bất kỳ hình thức nào thì nhà nghiên cứu phải cân nhắc liệu kiến thức thu thập có biện minh cho quá trình hay không. Một số kiến thức không quan trọng và thí nghiệm không nên tiến hành là vì có thể gây hậu quả như thế. Nên xem xét những biện pháp thay thế thí nghiệm ở động vật
3. *Chủng loài:* Bất cứ nơi đâu nghiên cứu bao gồm việc giam cầm động vật hay sử dụng những quá trình có khả năng gây đau đớn hay khó chịu thì người nghiên cứu nên nhớ rằng thành viên của một số chủng loài có thể có sức chịu đựng kém hơn chủng loài khác, và nên chọn chủng loài phù hợp.
4. *Số lượng động vật:* Nghiên cứu phòng thí nghiệm sử dụng số lượng động vật cần thiết ở mức nhỏ nhất. Điều này thường được giảm bớt phần lớn qua thiết kế thí nghiệm tốt và sử dụng kiểm tra số liệu thống kê phù hợp.
5. *Chủng loài có nguy cơ tuyệt chủng:* Thành viên của chủng loài có nguy cơ tuyệt chủng không nên được tập hợp hay khai thác trong môi trường hoang dã ngoại trừ đây là một phần trong một nỗ lực bảo tồn quan trọng.
6. *Người cung cấp động vật:* Động vật nên đặt hàng từ những người cung cấp có uy tín, lưu giữ đầy đủ hồ sơ về lịch sử thí nghiệm và nguồn gốc lai lịch.
7. *Nhốt chuồng và môi trường xã hội:* Điều kiện nuôi nhốt cũng nên tính đến trong việc giải thích hành vi xã hội của chủng loài: mật độ nuôi nhốt động vật của một chủng loài này có thể chấp nhận nhưng quá trật đối với chủng loài khác, trong khi nuôi nhốt động vật xã hội cách ly cũng có những kết quả không đáng mong muốn.
8. *Nghiên cứu hiện trường:* Nhân viên làm việc ở hiện trường làm động vật xáo trộn ở mức độ càng ít càng tốt, vì quan sát đơn giản đối với động vật hoang dã cũng có tác dụng quan trọng trong việc nuôi dưỡng cũng như sự sống còn ở động vật.
9. *Tấn công và ăn thịt kể cả giết thú con:* Vấn đề động vật trong xã hội bị thương hay đau đớn không phải là sự bênh vực để cho phép tình trạng này xảy ra trong phòng thí nghiệm. Bất cứ nơi nào có thể, nghiên cứu hiện trường những cuộc chạm trán trong tự nhiên nên được sử dụng nhiều hơn những cuộc đối đầu theo giai đoạn, và cuộc đối đầu theo giai đoạn nên được xem là cần thiết, cần xét đến việc sử dụng mô hình hay động vật phía sau tấm kính chắn.
10. *Động cơ thúc đẩy:* Khi sắp xếp thời biểu tước đoạt, người thí nghiệm nên xét đến thói quen ăn uống bình thường của động vật và nhu cầu chuyển hóa. Cũng nên ghi nhớ những khác biệt giữa các chủng loài: một thời gian tước đoạt ngắn đối với chủng loài này có thể quá dài không thể chấp nhận được đối với chủng loài khác.
11. *Kích thích ác cảm và quá trình căng thẳng:* Ở Vương quốc Anh, quá trình gây đau đớn hay đau khổ cho động vật đều phi pháp trừ phi người thí nghiệm có giấy chứng nhận và giấy phép của Bộ nội vụ liên quan. Người thí nghiệm nên thỏa mãn rằng không có cách nào tiến hành thí nghiệm thay thế không sử dụng kích thích ác cảm. Nếu thí nghiệm thay thế không có thì nhà nghiên cứu có trách nhiệm đảm bảo phải giữ sự đau đớn ở mức tối thiểu.
12. *Quá trình phẫu thuật và dược học:* Những quá trình như thế chỉ do nhân viên có kinh nghiệm tiến hành, nhân

viên thâm niên đặc biệt chịu trách nhiệm đào tạo và giám sát nhân viên khác. người thí nghiệm phải thành thạo các khía cạnh kỹ thuật của thuốc gây mê và tiến hành các bước thích hợp để phòng tránh sự nhiễm trùng hậu phẫu trong thí nghiệm kéo dài. Trong các quá trình dược học, người thí nghiệm phải quen thuộc tài liệu viết về tác dụng đối với hành vi và độc tính của các loại dược phẩm sử dụng.

13. *Gây tê, mất cảm giác đau và chết không đau:* Người thí nghiệm phải đảm bảo rằng phải điều trị hậu phẫu thích hợp đối với động vật, nếu có bất kỳ khả năng nào gây đau đớn hậu phẫu thì sự đau đớn này phải giảm thiểu bằng việc chăm sóc thích hợp và sử dụng thuốc gây tê cục bộ ở nơi nào thích hợp. Giám sát thường xuyên tình trạng của động vật là điều cần thiết, nếu ở một thời điểm bất kỳ động vật được phát hiện quá đau đớn và cơn đau kéo dài thì phải giết chết động vật ấy (cũng là một yêu cầu trong giấy phép của Bộ nội vụ). Quá trình được hình thành phải tuân thủ nghiêm ngặt đối với việc giết chết không đau vì phương pháp khác nhau đối với mọi chủng loài.

14. *Tư vấn độc lập:* Nếu người thí nghiệm chưa chắc chắn về tình trạng của động vật, nên tiến hành tùy chọn thứ 2, nhất là từ một bác sĩ thú y có năng lực cũng như từ những người khác không trực tiếp liên quan đến thí nghiệm.

15. *Điều nghiên chi tiết:* Bất cứ một nhà nghiên cứu nào khi không chắc chắn về một khía cạnh nào đó trong nghiên cứu động vật nên trực tiếp hỏi những cơ quan chuyên môn thích hợp.

Nguồn: Qui định hạnh kiểm và nguyên tắc đạo đức đối với nhà tâm lý học của Hội tâm lý học Anh quốc.

trên cơ sở phòng thí nghiệm ngày nay kém thịnh hành hơn lúc trước, chẳng hạn vào thập niên 1960, và hiện nay điều thường thấy là tiến hành nghiên cứu tập tính học hơn là nghiên cứu thí nghiệm.

VẤN ĐỀ ĐẠO ĐỨC TRONG NGHIÊN CỨU THỰC TẾ CỦA SINH VIÊN

Vì thế sự nhấn mạnh về trách nhiệm đạo đức ngụ ý trong việc tiến hành nghiên cứu thực tế của sinh viên là ngụ ý gì? Giáo trình tâm lý học nhập môn tất cả thường có khuynh hướng mong mỏi sinh viên tiến hành một số loại nghiên cứu thực tế, được thực hiện theo hướng dẫn đạo đức. Ở Mỹ, những hướng dẫn này từ Hội tâm lý học Mỹ, ở Anh, từ Hội tâm lý học Anh và cũng như đối với tâm lý học sau đại học của Hội giảng dạy tâm lý học, việc xem trọng vấn đề đạo đức có nhiều ngụ ý thực tế đối với sinh viên cần tiến hành nghiên cứu.

Thứ nhất và quan trọng hơn hết, là vấn đề **tôn trọng** người tham gia nghiên cứu, tập trung vào nhiều vấn đề, bao gồm sự tôn trọng tính tự chủ – không thể nhận dạng bất kỳ cá nhân người tham gia nghiên cứu nào từ một báo cáo nghiên cứu thực tế. Dĩ nhiên, trong nghiên cứu nhóm, trở ngại không nhiều nhưng nghiên cứu mẫu có chiều sâu hơn thường kết thúc bằng việc giải quyết các vấn đề hoàn toàn mang tính cá nhân, và điều quan trọng là tính tự chủ của những người này phải được duy trì.

Tôn trọng người tham gia nghiên cứu cũng có nghĩa là cần phải đảm bảo nghiên cứu không bao gồm bất cứ điều gì mà họ nhận thấy bị xâm phạm, sỉ nhục hay thóa mạ, khi họ biết toàn bộ mức độ của cuộc nghiên cứu đang diễn ra. Tôi đã đề cập nghiên cứu của Felipe và Sommer bị phản đối vì thiếu tôn trọng người tham gia nghiên cứu. Nên đặt ra vấn đề quan trọng là: nghiên cứu này có khai thác người tham gia hay không hay người tham gia hợp tác trong một dự án chung sức? Để đánh giá điều này, điều quan trọng nên bàn bạc với người khác cho dù chỉ là một nhóm gồm các sinh viên tâm lý học khác. Ý kiến của người khác rất quan trọng trong loại vấn đề này.

Sự đánh lừa lúc này phần lớn được xem là không cần thiết. Những cách phát hiện vấn đề trực tiếp hơn ngày càng trở nên thịnh hành trong nghiên cứu tâm lý học. Đến lượt chúng mang ngụ ý của riêng mình về kỹ năng nghiên cứu. Chẳng hạn, cũng khá khó khăn khi thiết kế một bảng câu hỏi thích hợp, nhưng đây là kỹ năng đáng học hỏi. Như chúng ta đã thấy, phương pháp tâm lý học bao gồm nghiên cứu mẫu, quan sát, phỏng vấn và bảng câu hỏi cũng như các thí nghiệm, vì thế, có nhiều lĩnh vực áp dụng các kỹ thuật khác nhau.

Bầu không khí mới cũng dẫn đến sự ra đời của những phương pháp luận thay thế, như tiếp cận tình tiết, mô tả do Rom Harré phác họa. Những phương pháp luận như thế thường bao gồm sự chú ý nhiều hơn đến phân tích chất lượng. Để ý những gì người khác phát biểu và cách xét vấn đề ra sao ngày càng được công nhận là một bộ phận giá trị trong ngành tâm lý học, và tiếp cận chất lượng thường thường là cách tốt nhất để giải quyết vấn đề này. Chắc chắn cũng có nhiều phương pháp trực tiếp hơn là phương pháp khai thác lạc hậu cứ luôn đánh lừa người khác không cho biết ý định của mình và những phương pháp mới thường cho chúng ta biết về con người nhiều hơn.

VẤN ĐỀ ĐẠO ĐỨC RỘNG HƠN

Ngoài các vấn đề đạo đức liên quan đến cách tiến hành nghiên cứu tâm lý học, có những vấn đề đạo đức rộng hơn được nêu ra như lý thuyết tâm lý xem xã hội như một tổng thể, điều này liên kết mật thiết với toàn bộ vấn đề **trách nhiệm của khoa học đối với xã hội.** Nhiều lý thuyết tâm lý học đã có ảnh hưởng xã hội rất lớn – nhưng không phải lúc nào cũng tốt đối với nhân loại. Như chúng ta đã biết trong Chương 6, thuyết IQ được sử dụng ngay từ khi mới ra đời như một công cụ phân biệt chủng tộc, ở Anh, niềm tin cho rằng trí năng mang tính kế thừa vẫn còn là yếu tố ảnh hưởng mạnh trong hệ thống giáo dục, tác động phần lớn thông qua dự đoán tự thực hiện cũng như bất kỳ vấn đề nào khác. Thuyết tước đoạt mẹ (Chương 20) cũng để lại những dấu ấn xã hội ở Anh. Nguyên tắc trách nhiệm của khoa học đối với xã hội cho rằng các nhà khoa học không chỉ hành động trong một thế giới vô giá trị: họ phải chịu trách nhiệm đối với những hàm ý xã hội – chính trị trong việc phát biểu lý thuyết của mình cũng như cách họ tiến hành nghiên cứu.

Trách nhiệm xã hội không chỉ có nghĩa nhận dạng quan điểm hay lý thuyết có ảnh hưởng xã hội tiêu cực và nhận dạng nghiên cứu khác mang tính tích cực hơn. Mặt khác là những gì còn sót trong tâm lý học. Trong tư cách một môn học, tâm lý học trong quá khứ thường có khuynh hướng mang tính chất tự cho mình là trung tâm rất đáng kể, chỉ tập trung vào văn hóa của người da trắng thuộc giai cấp trung lưu. Nhưng tính đa nguyên của xã hội hiện đại có nghĩa rằng quan điểm này không còn phù hợp nữa. Trong một thế giới hiện đại, tôn trọng các nền văn hóa khác là một nguyên tắc đạo đức cần thiết. Yêu cầu nhận thức văn hóa và **chủ nghĩa đa văn hóa** có nghĩa rằng tâm lý học cần phản ánh sự đa dạng giá trị văn hóa bao quát hơn và phải kết hợp những giá trị như thế vào trong thực tế thường ngày như phần thảo luận trong Khung 25.2. Đây là vấn đề đạo đức vì nó trực tiếp liên quan đến việc làm giảm giá trị ẩn hay xem nhẹ tính giá trị trong đời sống con người.

Vì tính nhất thiết, điều này chỉ là một phần điểm qua tóm tắt một số vấn đề phát sinh do xem xét đạo đức trong tâm

Khung 25.2 Cơ hội bình đẳng và vấn đề đạo đức

Năm 1991, Báo cáo thuộc Đảng Lao động của Hội tâm lý học Anh quốc về Tương lai của tâm lý học loại A nêu rõ:

Điều quan trọng là phải xét đến bối cảnh xã hội đang thay đổi ảnh hưởng đến nhận thức của chúng ta về tâm lý học và cách trình bày tâm lý học cho sinh viên ra sao. Đảng Lao động cho rằng vấn đề cơ hội bình đẳng và đạo đức học trong phương diện này có ý nghĩa rất quan trọng.

Cơ hội bình đẳng

Ở nước Anh đương đại, con người bị phân biệt đối xử vì nguồn gốc dân tộc, giới tính, tôn giáo, giai cấp, định hướng tình dục, độ tuổi hay sự bất lực. điều quan trọng phải nhận biết điều này trong một bối cảnh giáo dục bất kỳ, nhưng nhất là trong tâm lý học. Quan tâm chính của tâm lý học là kinh nghiệm và hành vi của con người, vì thế phải thừa nhận rằng con người có những kinh nghiệm khác nhau về thế giới và thế giới đối xử với con người cũng khác nhau tùy theo sự quy kết và phẩm chất cá nhân.

Tâm lý học thường có khuynh hướng mô tả một thế giới từ quan điểm thiển cận, và quan điểm ấy phần lớn thuộc về người da trắng, nam giới, thuộc giai cấp trung lưu và xuyên Đại tây dương. Những khái quát hóa được hình thành về "con người", thật ra, khi mẫu lấy không bao gồm nhiều nhóm cấu thành xã hội và cộng đồng thế giới của chúng ta. Vấn đề giai cấp, dân tộc và giới tính phần lớn bị bỏ qua trong nghiên cứu tâm lý học nói chung.

Một số minh họa của vấn đề này được tìm thấy trong các khóa học tâm lý học ở cả cấp A lẫn cấp văn bằng đều được đề cập ở đây để minh họa những vấn đề này biểu hiện trong các khóa học tâm lý ra sao. Chúng chỉ là minh họa, không nên xem đó là những trường hợp dứt khoát hay thậm chí như những trường hợp duy nhất quan trọng nhất:

Lấy mẫu	*Quan điểm về mối quan hệ cá nhân được trình bày trong hầu hết các sách giáo khoa tổng hợp mô tả hành vi của một nhóm người hạn hẹp. Chăm sóc con, cấu trúc gia đình và tiêu chuẩn sinh hoạt thường nhật cho thấy có sự đa dạng văn hóa đáng kể. Điều này hiếm khi được thừa nhận trong các sách tâm lý học vốn thường có khuynh hướng mô tả một kiểu "đời sống gia đình" cụ thể, như là kiểu bình thường, đáng mong muốn và theo suy nghĩ rập khuôn. Nghiên cứu sự hấp dẫn trong tâm lý học phần lớn dựa trên cơ sở hành vi hẹn hò của những sinh viên Mỹ khác giới tính. Tính đa dạng trong các mối quan hệ ở con người không được nhấn mạnh trong tâm lý học đương đại.*
Khái niệm	*Một số khái niệm tâm lý học được định khung từ một quan điểm hẹp. Minh họa của điều này là khái niệm "suy nghĩ về cái tôi", nhấn mạnh đến tính chất cá nhân vốn là một chủ đề trong triết học phương Tây. Tuy nhiên, triết học châu Phi và phương Đông lại nhấn mạnh đồng nhất tập thể hơn là đồng nhất cá nhân. Nỗ lực xem xét kinh nghiệm của người Da đen trong khuôn khổ truyền thống triết học phương Tây dẫn đến nhiều vấn đề trong giải thích.*
Ứng dụng	*Ứng dụng có thể phản ánh tính tự cho mình là trung tâm vô tình của môn học. Minh họa vấn đề được hình thành bở*

quan điểm hẹp hòi về con người trong tâm lý học do vấn đề chẩn đoán tâm thần mà ra. Vô số nghiên cứu thu hút sự chú ý theo nhiều cách khác nhau được các bác sĩ tâm thần chẩn đoán và điều trị bệnh nhân thuộc các nhóm văn hóa khác nhau. Điều này trực tiếp bị ảnh hưởng bởi cách chúng ta đánh giá hành vi con người từ một nhóm khác với nhóm của chính mình.

***Đề nghị** 8*

a. *Rằng các nhà giáo dục, tâm lý học và giáo viên tâm lý nên duy trì và thúc đẩy sự ràng buộc với chân giá trị con người, tính bình đẳng và công bằng xã hội. cũng thích hợp khi sử dụng việc giảng dạy Tâm lý học để thúc đẩy những giá trị này và nên nhận biết dứt khoát vấn đề trong những bối cảnh thích hợp.*

b. *Tất cả sinh viên nên có suy nghĩ trong bối cảnh tâm lý học. Xã hội mang tính đa nguyên, vì thế điều quan trọng phải thừa nhận rằng một số nhóm người có kinh nghiệm đời sống. nên được thừa nhận dứt khoát như một bộ phận trong bối cảnh của tâm lý học trào lưu. Điều này yêu cầu đặc biệt nhấn mạnh vào tính đa dạng văn hóa, xã hội và cá nhân.*

c. *Ngôn ngữ không mang tính chất trung tính: nó chuyển tải hệ thống giá trị. Các khóa tâm lý học ở mọi cấp độ nên tránh việc sử dụng ngôn ngữ phân biệt chủng tộc hay phân biệt giới tính, hay ngữ nghĩa bất kỳ làm giảm giá trị kinh nghiệm của một số người.*

d. *Có thể minh họa hầu hết khái niệm tâm lý học bằng nhiều nghiên cứu khác nhau. Trong việc đưa ra đề cương giảng dạy và trong việc giảng dạy Tâm lý học, cần nên thận trọng bất cứ nơi nào có thể khi sử dụng minh họa sao cho thích hợp với số người đông nhất.*

Nguồn: từ Hayes và người khác, 1991

lý học. Như chúng ta đã biết, sự thực hiện đầy đủ các vấn đề đạo đức cũng dòi hỏi sự đánh giá kiến thức và nghiên cứu ở cấp cao hơn, đặt nó hoàn toàn nằm trong bối cảnh xã hội. Khi giới thiệu tâm lý học cho sinh viên, họ cũng có được ấn tượng tâm lý học đang bàn đến điều gì. Nếu đánh giá từ lịch sử tâm lý học, thì ít nhất trong tâm lý học là một phần về sự khai thác và những thông lệ nghiên cứu đáng nghi vấn về dạo đức. Nhưng tâm lý học đang thay đổi, những phương pháp, lý thuyết và tiếp cận mới đang thay thế những kỹ thuật khai thác lạc hậu.

Tâm lý học là một ngành học rộng, đa dạng, dàn trải trên một phạm vi gồm nhiều mức độ giải thích và nhiều tiếp cận khác nhau để tìm hiểu con người. Tìm hiểu con người không phải dễ: nếu không thì không cần các nhà tâm lý học. Cũng không có lời đáp đơn giản. Nhưng nếu chúng ta khảo sát vấn đề theo nhiều cách khác nhau, và nếu chúng ta cố gắng đảm bảo rằng mình đang tiến hành theo cách có hệ thống thì kiến thức tâm lý học sẽ giúp chúng ta di xa hơn.

Từ khóa

Quan sát ẩn: Quan sát trong đó những người được quan sát không biết rằng người khác quan sát mình.

Biến số lệ thuộc: Vấn đề được đánh giá trong một thí nghiệm, thay đổi tùy theo biến số độc lập.

Đạo đức: Liên quan đến cái đúng và sai.

Nghiên cứu suy diễn theo giả thuyết: Nghiên cứu được tiến hành trên cơ sở sử dụng lý thuyết để tạo ra giả thuyết, sau đó tiến hành nghiên cứu để xem giả thuyết có đúng vững hay không. Nghiên cứu thay thế là nghiên cứu quy nạp.

Biến số độc lập: Điều kiện do người thí nghiệm lập ra là nguyên nhân ảnh hưởng đến thí nghiệm. Những biến số này thay đổi theo hệ thống sao cho người thí nghiệm rút ra được kết luận về thay đổi.

Nghiên cứu theo chiều dọc: Nghiên cứu giám sát thay đổi xảy ra trong một khoảng thời gian.

Thí nghiệm tự nhiên: Sự kiện trong đó biến số thay đổi do các tình huống tự nhiên, chính trị, xã hội hay kinh tế, đến mức sau đó nghiên cứu kết quả của những thay đổi này.

Nghiên cứu quan sát: Nghiên cứu bao gồm việc theo dõi đơn thuần những gì đang diễn ra hơn là can thiệp và tạo ra thay đổi.

Phân tích chất lượng: Cách phân tích dữ liệu liên quan đến mô tả ý nghĩa hơn là rút ra suy luận thống kê từ sự đếm tần số.

Phân tích số lượng: Cách phân tích dữ liệu tập trung vào con số và tần số hơn là ý nghĩa hay kinh nghiệm.

Ý nghĩa quan trọng của số liệu thống kê: Thuật ngữ sử dụng để ám chỉ kết quả phân tích thống kê không hẳn xảy ra chỉ bằng cơ hội. Trong một luận văn nghiên cứu, thuật ngữ có thể đi kèm bằng con số (mức độ ý nghĩa) phát biểu khả năng không chắc ra sao).

Tóm tắt

1. Các nhà tâm lý học sử dụng nhiều phương pháp khác nhau để nghiên cứu con người. Có ba tiêu chuẩn quan trọng trong việc thu thập chứng cứ tâm lý học: tính giá trị, tính đáng tin và tính khái quát hóa.
2. Các tiếp cận số lượng truyền thống để thu thập chứng cứ tâm lý bao gồm việc sử dụng thí nghiệm, quan sát, bảng câu hỏi và khảo sát, cũng như phân tích đối chứng. Nhưng tất cả những phương pháp này cũng cung cấp dữ liệu chất lượng.
3. Có nhiều hình thức khác nhau trong phân tích chất lượng bao gồm việc nghiên cứu con người thực hiện công việc hay kể chuyện ra sao và nhất là sử dụng phỏng vấn và phân tích trò chuyện. Nghiên cứu tình tiết, mô tả nhấn mạnh sự hiểu biết kinh nghiệm xã hội trong hình thức tình tiết và mô tả.
4. vấn đề đạo đức trong tâm lý học rất quan trọng trong những năm gần đây, trên cơ sở tôn trọng người tham gia chương trình nghiên cứu, cũng có nghĩa rằng những phương pháp nghiên cứu không khai thác, chẳng hạn như tiếp cận mô tả, tình tiết, ngày càng thịnh hành hơn.
5. Sử dụng sự đánh lừa hay những hình thức khai thác khác trong nghiên cứu tâm lý học thường không được xem là có thể chấp nhận. Tiêu chuẩn đánh giá liệu có chấp nhận sự đánh lừa hay không bao gồm những câu hỏi về giá trị kiến thức thu được, và sự kết hợp cá nhân của người nghiên cứu được thực hiện ở mức độ nào.
6. Các nhà tâm lý học cần phải tránh gây đau khổ hay khó chịu đối với người tham gia nghiên cứu, có nghĩa rằng nghiên

cứu tiến hành trong quá khứ ngày nay không còn được chấp nhận về mặt đạo đức nữa.

7. Nghiên cứu động vật trong tâm lý học có thể thay đổi dọc một chuỗi tiếp nối từ những nghiên cứu trong phòng thí nghiệm được kiểm soát chặt chẽ cho đến những nghiên cứu tập tính học dài rộng. Nghiên cứu bao gồm việc giải phẫu sống không còn được chấp nhận nữa ngoại trừ trong những trường hợp thật đặc biệt.

8. Nghiên cứu vấn đề đạo đức cũng bao gồm những vấn đề xã hội rộng hơn chẳng hạn như trách nhiệm của khoa học đối với xã hội, và vấn đề chủ nghĩa đa văn hóa cũng như sự tôn trọng xã hội đối với mọi người.

Câu hỏi tự đánh giá

1. Hãy mô tả ngắn gọn, cho ví dụ 4 loại tính giá trị chính.
2. Hãy mô tả ba cách khác nhau khi tiến hành phân tích chất lượng.
3. Khái niệm chính trong các vấn đề đạo đức liên quan đến nghiên cứu động vật là những khái niệm gì?

Câu hỏi thảo luận

1. Phương pháp thí nghiệm một kỹ thuật thích hợp trong nghiên cứu hành vi con người
2. Nghiên cứu động vật có phải được bất kỳ nhà tâm lý học áp dụng hay không?
3. "Việc đánh giá vấn đề đạo đức nghiêm túc đòi hỏi phải suy nghĩ lại toàn bộ phương pháp luận tâm lý học". Hãy thảo luận.

Từ vựng

(Thuật ngữ chuyên ngành)

ability tests (trắc nghiệm khả năng): Trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần nhằm mục đích đánh giá một người có khả năng làm việc hay không trái với những gì họ có khả năng tập quen trong tương lai.

ablation (sự cắt bỏ): Sự cắt bỏ hay làm hỏng một hay nhiều bộ phận trong não bằng các kỹ thuật phẫu thuật thường cắt bỏ hay đốt mô liên quan.

absolute refractory period (pha trơ tuyệt đối): Khoảng thời gian dài phần triệu của giây ngay sau khi nơron phóng điện, khi nơron không sinh ra một xung điện khác cho dù nhận được kích thích nhiều đến mấy đi nữa.

abstract thought (suy nghĩ trừu tượng): Suy nghĩ liên quan đến khái niệm không có sự trao đổi vật chất trực tiếp, chẳng hạn như "công bằng" hay "tự do".

accent (giọng): Mẫu phát âm dễ phân biệt trong một ngôn ngữ, ở trong cùng nhóm khu vực hay kinh tế xã hội.

accommodation (sự thích nghi): Quá trình qua đó một giản đồ điều chỉnh thông tin mới bằng cách mở rộng hay thay đổi hình thức hay thậm chí chia nhỏ thành hai ba giản đồ.

accounts (mô tả): Mô tả hay giải thích bằng lời của chính cá nhân về sự kiện hay hiện tượng, thường được nêu ra trong khi phỏng vấn hay trò chuyện.

Acetylcholine: Một chất truyền thần kinh đặc biệt tìm thấy ở lá cuối thần kinh vận động.

acoustic store (lưu trữ âm thanh): Một yếu tố trong mô hình trí nhớ hoạt động của Baddeley lưu trữ miêu tả âm thanh trong suy nghĩ.

acquired dyslexia (loạn đọc mắc phải): Loạn đọc xảy ra khi bị chấn thương não hay do nguyên nhân cụ thể tương tự.

ACTH Xem **adrenocorticotrophic hormone.**

action pattern (mẫu hành động): Một chuỗi hành vi do cơ thể sống tạo ra thường được xem mang tính chất cố định, và có lẽ được kế thừa như một đơn vị hoàn chỉnh.

action potential (điện thế tác động): Xung điện do nơron tạo khi kích thích vượt ngưỡng và làm cho nó phóng điện.

action research (nghiên cứu hành động): Phương pháp tiến hành nghiên cứu xã hội thừa nhận sự có mặt của người nghiên cứu rất có khả năng ảnh hưởng đến hành vi của người khác, vì thế kết hợp sự tham gia của người nghiên cứu như một bộ phận trực tiếp và cố ý của cuộc nghiên cứu, người nghiên cứu hành động có ý thức như một tác nhân thay đổi.

action-specific energy (năng lượng hành động cụ thể): Năng lượng chỉ liên quan với một loại hành vi cụ thể chẳng hạn như ăn hay uống, và được nghĩ tượng trưng cho một xu thế bên trong.

adaptation (sự thích nghi): Quá trình điều chỉnh thành công trước yêu cầu của môi trường.

adrenocorticotrophic hormone (nội tiết tố adrenocorticotrophic): Nội tiết tố do tuyến yên tạo ra kích thích sự tiết adrenaline vào trong mạch máu.

affect display (tác dụng biểu hiện): Một loạt các hành động dùng để biểu thị trạng thái cảm xúc.

affectionless psychopathy (bệnh thái nhân cách vô cảm): Hội chứng do Bowlby phác họa, mang đặc điểm thiếu các mối quan hệ xã hội cũng như lương tâm xã hội.

affective (dễ xúc động): Liên quan đến cảm xúc hay xúc cảm chẳng hạn như thành phần thái độ liên quan đến cảm xúc.

affective dimension (khía cạnh xúc cảm): Khía cạnh của một thái độ liên quan đến cảm xúc hay xúc cảm được hướng về mục tiêu của thái độ.

affective neurone (nơ-ron xúc cảm): Nơron mang thông tin từ các thụ quan nhận cảm đến não và tủy sống.

affective motives (động cơ xúc cảm): Động cơ định hướng hành vi hướng đến việc thỏa mãn nhu cầu sáp nhập (đối với gia đình, tình bạn hay "thuộc về").

affective needs (nhu cầu cảm xúc): Nhu cầu liên quan đến việc phải tiếp xúc liên tục với người khác, bao gồm "sự thuộc về" một tập hợp người theo một cách nhất định chẳng hạn như thông qua gia đình, các nhóm xã hội hay tình bạn.

affordances (khả năng cung cấp): Trong lý thuyết nhận thức của Gibson khả năng hành động được một đối tượng đưa ra (như cây cung cấp khả năng cho sự leo trèo hay ẩn núp phía sau).

after-image (dư ảnh): Hình ảnh thị giác vẫn còn trong thị trường sau khi kích thích ban đầu đã chấm dứt.

agentic state (trạng thái tác nhân): Một trạng thái tâm thần do Milgram đưa ra, ông cho rằng sự độc lập và tự chủ, quan trọng nhất, lương tâm bị kiềm nén khi cá nhân hành động như một tác nhân đối với người khác.

aggresion (sự gây hấn): Thuật ngữ sử dụng trong nhiều cách nhưng thường để mô tả hành vi hay suy nghĩ tiêu cực hay thù địch đối với người khác.

agoraphobia (chứng sợ khoảng rộng): Chứng sợ các khoảng rộng quá mức.

AH group tests (trắc nghiệm nhóm AH): Một loạt các trắc nghiệm trí năng bằng bút chì và giấy do Alice Heim (AH) phát triển, được thiết kế sao cho trắc nghiệm phân phối cho một số đông người cùng lúc, chứ không phải phân phối mỗi lúc một người. Có những trắc nghiệm AH khác nhau để đánh giá những dải trí năng khác nhau.

Ahal experience (cảm giác Ahal): Cảm giác đột nhiên được giác ngộ, nhận biết cách giải quyết vấn đề rất nhanh.

AI Xem **artificial intelligence**.

alarm reaction (phản ứng báo động): Thuật ngữ dùng để mô tả một loạt các phản ứng sinh lý xảy ra do sự kích hoạt phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ.

alcoholic (người nghiện rượu): Người nghiện rượu.

alexia (mù đọc): Khả năng không thể nhận dạng chữ viết cho dù cá nhân không gặp khó khăn trong ngôn ngữ nói.

algorithm (thuật toán): Hoạt động giải quyết vấn đề, nếu được lặp đi lặp lại thích hợp sau cùng đưa đến giải pháp.

all-or-none principle (nguyên tắc tất cả hay không): Nguyên tắc cho rằng một nơron phóng điện hay không, không có sự thay đổi nào về cường độ của xung điện.

allele (gien tương ứng): Tên đặt cho một gien trong cặp gien phối hợp, với mỗi gien trong mỗi cặp được tìm thấy trên mỗi cặp nhiễm sắc thể kết hợp.

alpha females (con cái alpha): Thành viên cái trong một đàn khỉ đầu chó có vẻ "thống trị" và có địa vị xã hội cao hơn các con cái khác.

alpha males (con đực alpha): Thành viên đực trong bầy khỉ đầu chó có vẻ "thống trị" và có địa vị xã hội cao hơn số con đực khác

alpha rhythms (nhịp alpha): Các mẫu hoạt động điện của não xuất hiện trong điện não đồ (EEG) khi đối tượng trong trạng thái thư giãn, và/ hoặc mơ tưởng.

alternate-forms method (phương pháp hình thức thay thế): Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm do nghiệm tâm thần đáng tin như thế nào, bao gồm việc so sánh kết quả do hai phiên bản khác nhau của cùng một trắc nghiệm tạo ra, nếu được dành cho cùng đối tượng.

altruism (lòng vị tha): Hoạt động quan tâm đến người khác chứ không phải bản thân.

ambiguous (mơ hồ): Có nhiều hơn một ý nghĩa có thể.

Ameslan (ngôn ngữ ký hiệu khiếm thính Mỹ): Ngôn ngữ ký hiệu Mỹ dành cho người khiếm thính.

amnesia (mất trí nhớ): Mất trí nhớ thường do những nguyên nhân vật lý.

amphetamines (amphetamine): Thuốc thường dùng để làm giảm cân hay tạo ra sinh lực bổ sung ngắn hạn trong những tình huống đòi hỏi khắt khe.

anal-expulsive (tống khứ hậu môn): Quan niệm của Freud cho rằng đặc điểm tính cách ở người lớn được hình thành từ khi còn bé thích thú đối với hành động tiêu tiểu quá nhiều, vì thế sẽ tỏ ra hào phóng, bố thí.

anal-retentive (cầm giữ hậu môn): Quan niệm của Freud cho rằng đặc điểm tính cách ở người lớn được hình thành từ khi còn bé từng trải kinh nghiệm ngồi bô quá khắt khe, khi lớn lên sẽ phát triển tính tình keo kiệt hay bủn xỉn.

anal stage (giai đoạn hậu môn): Giai đoạn thứ hai trong các giai đoạn tâm lý tình dục của Freud, trong đó dục tính tập trung ở hậu môn.

anchoring (tính tin cậy): Đặc điểm giải quyết vấn đề ở con người trong đó con người sử dụng một khoản thông tin để làm so sánh với phán đoán chi tiết.

anencephalic (thiếu võ não): Không có vỏ não.

angular gyrus (nếp cuộn não, hồi não): Bộ phận vỏ não giải mã kích thích thị giác đối với việc đọc.

animism (thuyết vật linh): Nhận biết và phản ứng với những đồ vật vô tri (đá, máy tính, ô tô, v.v...) như thể chúng đang sống và có ý thức.

ANS Viết tắt của **autonomic nervous system** (hệ thần kinh tự chủ).

anterograde amnesia (mất trí nhớ tiền hành) Mất trí nhớ đối với những sự kiện diễn ra sau khi tổn thương gây nên sự mất trí nhớ.

anthropologist (nhà nhân chủng học): Người nghiên cứu các nền văn hóa của con người.

anthropometric (thuộc nhân chủng học): Liên quan đến việc đánh giá con người ('metric' = đo, đánh giá; 'anthropo' = liên quan với con người).

anthropomorphism (thuyết hình người): Đưa đặc điểm, suy nghĩ và cảm xúc của con người vào động vật.

anti-locution (phát biểu chống đối): Trò chuyện hay lời nói định hướng thái độ thù địch của xã hội đối với một nhóm xã hội cụ thể - chẳng hạn trò chuyện phân biệt chủng tộc.

anticipatory schemata (sơ đồ dự đoán): Tập hợp các quan điểm về điều gì chắc chắn xảy ra, đến lượt định hướng cách chúng ta phản ứng đối với sự việc đang diễn ra thực sự.

aphasia (chứng mất ngôn ngữ): Một rối loạn cụ thể dẫn đến việc không thể hình thành từ ngữ khi nói.

appeasement gesture (điệu bộ nhân nhượng): Hành động kế thừa được cho rằng ức chế hành vi gây hấn từ số thành viên khác trong chủng loài.

appetitive behaviour (hành vi mong muốn): Hành vi gia tăng khả năng có thể thỏa mãn nhu cầu (như kiếm nước uống khi khát)

approach-avoidance conflict (mâu thuẫn tiếp cận- lảng tránh): Khi mục tiêu hấp dẫn nhưng cũng có một số trở ngại, nó thường được xem hấp dẫn hơn về sau này nhung ít hấp dẫn hơn trong tương lai gần. Một người bị giằng xé giữa việc muốn đạt được mục tiêu và ý muốn tránh bỏ nó.

archetypes (kiểu gốc): Hình ảnh hay đồ vật tượng trưng, theo Jung, cộng hưởng trong tiềm thức chung và tạo ra các phản ứng huyền bí tác động mạnh ở con người.

arousal (sự đánh thức): Trạng thái sinh lý chung trong đó phân chia giao cảm của hệ thần kinh tự chủ được kích hoạt.

articulatory loop (vòng lặp phát biểu hệ thống): Đặc điểm mô hình trí nhớ hoạt động của Baddeley có thể lưu giữ thông tin trong trí nhớ hoạt động thông qua sự ôn lại thường xuyên.

artificial intelligence Trí tuệ nhân tạo (AI): Hệ thống máy tính có khả năng "học hỏi" và tạo ra cùng loại kết quả như kết quả suy nghĩ của con người.

assimilation (sự đồng hóa): Quá trình kết hợp thông tin mới nhưng không thay đổi đặc điểm ban đầu của sự việc đang tiến hành đồng hóa. Chẳng hạn, kết hợp thông tin mới vào giản đồ nhưng không thay đổi giản đồ ấy, hay kết hợp các nhóm hay quan điểm văn hóa mới vào xã hội nhưng nói chung không làm thay đổi đặc điểm của xã hội ấy.

association cortex (vỏ liên hợp): Tên gọi chung do những bộ phận vỏ não có vẻ không có chức năng cụ thể, định vị.

attention (sự chú ý): Trạng thái nhanh nhẹn đặc trưng hay sẵn sàng phản ứng đối với một đầu vào nhận cảm cụ thể.

attenuation (sự suy giảm): Sự suy yếu tín hiệu thường là một tín hiệu được xử lý theo nghĩa chú ý chọn lọc.

attitude (thái độ): Tố chất tập quen, tương đối ổn định để hành động theo cách nào đó đối với mục tiêu.

attribution (sự quy kết): Quá trình đưa ra lý do giải thích sự việc đang diễn ra.

attribution theory (thuyết quy kết): Giải thích nhận thức xã hội bằng cách tìm hiểu người khác phân phối dự định hay ý nghĩa đối với hành vi của người khác như thế nào.

attributional style (cách quy kết): Mẫu quy kết đặc biệt ở một cá nhân theo nghĩa liệu sự kiện thường được xem là ổn định, bên ngoài, có thể kiểm soát, v.v.) hay không.

audience effects (ảnh hưởng của khán giả): Cách mà con người thường hành động khác nhau khi có người khác hiện diện hay quan sát, khác với lúc họ chỉ có một mình, không ai quan sát.

auditory cortex (vỏ thính giác): Bộ phận vỏ não liên quan đến việc nghe.

authoritarian leaders (lãnh đạo độc đoán): Lãnh đạo hành động theo cách độc đoán, ra lệnh và hướng dẫn hành động như không hề quan tâm đến quan điểm của thuộc cấp, không như lãnh đạo dân chủ.

authoritarian personality (nhân cách độc đoán): Một tập hợp các đặc điểm được Adorno phát hiện xảy ra cùng lúc, tạo ra một tiếp cận khắt khe đối với các vấn đề đạo đức và xã hội.

authoritarianism (chủ nghĩa độc đoán): Một trạng thái nhân cách bao gồm những tiếp cận kỷ luật rất cứng nhắc, thái độ cực kỳ thù địch đối với những người lệch lạc trong xã hội, và quan điểm đúng sai phải rạch ròi, không hề bao dung.

authority figure (nhân vật uy quyền): Nhân vật thể hiện quyền uy hay địa vị trong một cách nào đó.

autistic children (trẻ tự kỷ): Trẻ bị rối loạn nghiêm trọng, từ bỏ thực tại, không tiếp xúc với người khác.

autoganzfeld studies (nghiên cứu ganzfeld tự động): Nghiên cứu Ganzfeld ngoài cảm giác bao gồm quá trình tự động do máy tính kiểm soát để ngăn ngừa sự rò rỉ nhận cảm hay thành kiến tiềm thức của người thí nghiệm.

autohypnosis (tự thôi miên): Tự thôi miên

autokinetic effect (hiệu ứng tự vận động): Ảo giác trong đó một điểm sáng tĩnh tại trong phòng tối được nhận thức đang chuyển động

autonomic (tự chủ): Liên quan đến hoạt động của hệ thần kinh tự chủ, đôi khi được sử dụng khá mơ hồ như một thuật ngữ chung để chỉ chức năng hoạt động tiềm thức, trung tính, tự động.

autonomic nervous system (hệ thần kinh tự chủ) (ANS): Hệ thống gồm các sợi thần kinh không bao myelin chạy từ cuống não và tủy sống, kích hoạt cơ thể cử động hay đặt cơ thể trong trạng thái không hoạt động.

autonomous morality (đạo đức tự chủ): Giai đoạn phát triển đạo đức thứ 3 của Kohlberg, trong đó cá nhân phán đoán đạo đức độc lập

autonomous state (trạng thái tự chủ): Trạng thái tâm thần do Milgram đưa ra, trong đó cá nhân hành động và suy nghĩ như một cá thể độc lập, tự chủ, và trong đó lương tâm cá nhân hoạt động hoàn toàn. Trong trạng thái này, cá nhân không làm những việc trái với lương tâm, nhưng trong trạng thái tác nhân họ sẽ làm.

autoshaping (tự định dạng): Cách mà động vật phát triển "tập quen mê tín", thực hiện một hành vi không thích hợp trước khi hay cùng với một hành vi đáng mong muốn trong một công việc biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm.

availability heuristic (tính có sẵn khám phá): Chiến lược giải quyết vấn đề trong đó sự đánh giá dựa trên hầu hết thông tin trực tiếp hay hiện tại.

aversion therapy (điều trị ác cảm): Kỹ thuật điều trị hành vi bao gồm việc kích thích khó chịu với sự việc phải tránh.

basic level concept (khái niệm cấp cơ bản): Trong phân loại của Rosch, khái niệm liên quan trực tiếp đến hành động và có vẻ liên kết với các nhóm tự nhiên.

behaviour shaping (định dạng hành vi): Quá trình qua đó hành vi mới lạ được sinh ra qua biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm, bằng việc chọn lọc biến dạng các phản ứng tập quen xảy ra trong tự nhiên.

behaviour therapy (điều trị hành vi): Quá trình điều trị hành vi bất thường bằng cách chỉ xét đến triệu chứng và sử dụng kỹ thuật biến đổi ngoại cảnh để sửa đổi.

behavioural (thuộc hành vi): Chọn tiếp cận tìm hiểu con người tập trung vào hành vi mà họ đang biểu hiện trong thực tế, trong khi thực ra không phủ nhận những khía cạnh khác về kinh nghiệm ở con người.

behavioural dimension (khía cạnh hành vi): Xem **conative dimension.**

behavioural psychotherapy (tâm lý liệu pháp hành vi): Tâm lý liệu pháp dạy con người cách mới để đối phó với rối loạn bằng cách tập quen cách hành động mới, như thông qua mô phỏng và làm mẫu.

behaviourism (thuyết Hành vi): Một trường phái tư tưởng theo thuyết giản hóa luận cho rằng sự quan sát và mô tả hành vi công khai là tất cả những việc cần thiết để tìm hiểu con người, và việc sử dụng tính ngẫu nhiên kích thích – phản ứng là tất cả những việc cần thiết để thay đổi hành vi con người. Thuyết Hành vi phủ nhận sự tương quan hay tầm quan trọng của các khía cạnh nhận thức, cá nhân hay các khía cạnh kinh nghiệm con người khác.

Berlin-Kay hypothesis (giả thuyết Berlin-Kay): Quan niệm cho rằng từ chỉ màu sắc cơ bản trong một ngôn ngữ hình thành các nhóm tự nhiên, cố hữu trong tư duy con người, không thay đổi từ văn hóa này đến văn hóa khác ngoại trừ số lượng.

beta females (con cái beta): Con cái trong một đàn khỉ đầu chó có thứ hạng thấp, có vẻ "tuân phục" số con cái khác.

beta males (con đực beta): Con đực trong bầy khỉ đầu chó có địa vị thấp, có vẻ "tuân phục" số con đực khác.

between-group variance (thay đổi giữa nhóm): Thay đổi chung dễ thấy giữa các mẫu điểm số khác nhau chẳng hạn như khác nhau về chiều cao giữa người Pygmy và người châu Âu.

bilateral ECT (ECT hai bên): Liệu pháp sốc điện được phân bố cùng lúc ở cả hai bán cầu não.

binocular disparity (sự chênh lệch hai mắt): Sự khác biệt trong hình ảnh võng mạc do hai mắt tiếp nhận – sử dụng như gợi ý phán đoán khoảng cách.

biodiversity (tính đa dạng sinh học): Nguyên tắc tiến hóa hình thành đời sống, hành vi và sự tương tác môi trường thay đổi càng nhiều càng tốt để tìm hiểu như càng nhiều tuyến sống còn tiềm năng càng tốt.

biofeedback (sự phản hồi sinh học): Sử dụng tín hiệu điện tử làm dấu chỉ báo để tìm hiểu kiểm soát phản ứng tự chủ chủ động.

biological determinism (thuyết quyết định sinh học): Một trường phái tư tưởng theo giản hóa luận cho rằng mọi hành động và suy nghĩ có ý nghĩa của con người đều được hình thành bằng, và có thể hiểu đầy đủ theo nghĩa, các yếu tố sinh học. Những giải thích như thế xoay quanh các yếu tố di truyền hay ngụy di truyền, những yếu tố sinh lý khác chẳng hạn như nội tiết tố (adrenaline, oestrogen), hay chấn thương não hữu cơ.

bipolar (lưỡng cực): Có hai cực đối lập với một chuỗi tiếp nối chạy giữa chúng. Chẳng hạn, xây dựng cá nhân lưỡng cực "tử tế – độc ác" có hai cực được tượng trưng bằng từ dùng để mô tả nó, nhưng một số cá nhân thích hợp ở khoảng nào đó giữa hai cực – nghĩa là gần như tử tế chứ không phải lúc nào cũng tử tế.

bipolar depression (trầm cảm lưỡng cực): Rối loạn trong đó con người dao động từ trạng thái "vui buồn thất thường" sang trạng thái trầm cảm. Trước đây gọi là loạn tâm thần hưng – trầm cảm.

black box theories (lý thuyết hộp đen): Lý thuyết thuần túy quan tâm đến đầu vào kích thích và đầu ra hành vi.

bodily-kinaesthetic intelligence (trí năng cảm giác vận động): Một trong bảy loại trí năng độc lập của Gardner.

bottom-up theory (lý thuyết từ dưới lên): Lý thuyết bắt đầu từ cấp độ dữ liệu có thể quan sát và cho thấy dữ liệu này phối hợp thành hình thức cấp cao ra sao.

Broca's area (diện Broca): Vùng cụ thể ở thùy trán trái, trong đó thương tổn tạo ra chứng mất ngôn ngữ.

burnout (sự đốt sạch): Rối loạn thường gặp ở nhân viên tình nguyện, nhân viên công tác xã hội và những người khác trong đó công việc khó nhọc thường xuyên, nhàm chán trong nhiều năm tạo ra tê liệt cảm xúc, bơ phờ và thiếu động cơ thúc đẩy.

bystander intervention (sự can thiệp của người bàng quan): Vấn đề khi nào và trong những tình huống nào người bàng quan hay những người không liên quan khác có khả năng giúp đỡ những người như thể đang cần sự giúp đỡ.

Cannon-Bard theory of emotion (thuyết cảm xúc Cannon-Bard): Quan niệm cho rằng phản ứng sinh lý và kinh nghiệm cảm xúc tách rời nhau.

Cartesian dualism (thuyết nhị nguyên Cartesian): Quan điểm cho rằng tinh thần và thể xác là những thực thể hoàn toàn tách biệt, riêng lẻ, không hề ảnh hưởng với nhau ngoại trừ trong hành động tự nguyện.

castration threat anxiety (sự lo âu bị hoạn): Quan niệm của Freud cho rằng trẻ nam ngấm ngầm lo sợ bố sẽ hoạn mình.

catastrophe theory (thuyết tai họa): Mô hình toán học dùng để mô tả sự tăng dần cường độ kích thích tạo ra những sự gián đoạn đột ngột, ấn tượng.

catatonic fugue (trương lực): Trạng thái tâm thần trong đó cơ thể trở nên cứng ngắt, đến mức không thể di chuyển được.

Catecholinergic: Thuật ngữ dùng để mô tả sợi thần kinh sử dụng chất truyền thần kinh dopamine, noradrenaline hoặc adrenaline.

categorisation (sự phân loại): Giai đoạn thứ nhất trong quá trình đồng nhất xã hội, bao gồm việc họp người thành các nhóm hay tập hợp xã hội. Nghiên cứu cho thấy sự phân loại như thế, cho dù trên cơ sở tiêu chuẩn tối thiểu, có thể dẫn đến thành kiến thiên vị người trong nhóm.

catharsis (sự tẩy nhẹ): Khái niệm cho rằng những năng lượng gây hấn hay năng lượng khác có thể được phóng thích an toàn qua những kênh vô hại (như các môn thể thao nhiều khán giả mang tính cạnh tranh cao). Mặc dù đây là một khái niệm phổ biến có từ thời Plato, nhưng hầu hết nghiên cứu sự tẩy nhẹ ngụ ý rằng các sự kiện tẩy nhẹ thực sự làm cho năng lượng gây hấn hay năng lượng khác gia tăng chứ không giảm bớt

causal attributions (quy kết nhân quả): Lý do giải thích tại sao sự việc xảy ra.

central nervous system (hệ thần kinh trung ương): Não và tủy sống.

central route proccessing (xử lý tuyến giữa): Tiếp cận trực tiếp để thay đổi thái độ, trong đó sự chú ý của cá nhân trực tiếp tập trung vào mục tiêu sau cùng, chẳng hạn như được yêu cầu trực tiếp phải mua một sản phẩm cụ thể.

centration (sự tập trung): Trong thuyết của Piaget, đây là sự tập trung của trẻ vào một đặc điểm chính của vấn đề, dẫn đến việc thiếu trao đổi, cùng các vấn đề khác

cerebral cortex (vỏ não): Lớp bao bọc các bán cầu não bên ngoài gồm 6 lớp tế bào thần kinh để xử lý thông tin.

cerebral hemispheres (bán cầu não): Tên gọi hai nửa não.

cerebrum (não): Bộ phận của não đảm nhận việc nhận thức, kết hợp thông tin và cử động chủ động.

charismatic authority (uy quyền thuyết phục): Uy quyền một người có được do nhân cách hay khả năng đặc biệt của mình.

chemotherapy (hóa liệu pháp): Điều trị rối loạn cơ thể hay tâm thần bằng cách dùng thuốc.

chromosomes (nhiễm sắc thể): Chuỗi ADN dài trong nhân tế bào, xếp thành các đôi tương ứng.

chunking (phối hợp): Phối hợp các hạng mục thông tin thành những hạng mục có ý nghĩa hay bán ý nghĩa, vì thế cho phép sự mở rộng số lượng có thể duy trì trong trí nhớ ngắn hạn.

circadian rhythms (nhịp ngày đêm): Nhịp sinh học trên cơ sở chu kỳ 24 giờ hay gần tương tự.

clairvoyance (khả năng thấu suốt): Có được thông tin về đối tượng hay môi trường không sử dụng các kênh nhận cảm được công nhận.

classical concepts (khái niệm cổ điển): Khái niệm trong đó mỗi minh họa khái niệm bao gồm tất cả đặc điểm dễ phân biệt.

classical conditioning (biến đổi ngoại cảnh cổ điển): Một hình thức tập quen bao gồm những liên kết trực tiếp giữa kích thích và phản ứng, biết được qua sự liên tưởng.

client-centred therapy (liệu pháp tập trung vào khách hàng): Tiếp cận tâm lý liệu pháp do Carl Rogers phát triển trong đó khách hàng được xem là người hiểu biết và giải quyết rối loạn tâm lý của chính mình tốt nhất, vai trò của nhà trị liệu là phải tạo ra một môi trường mang tính hỗ trợ cho khách hàng thực hiện điều ấy.

clinical depression (trầm cảm lâm sàng): Trầm cảm ở mức nghiêm trọng đến nổi người ta nghĩ rằng đây là sự rối loạn tâm thần trái với tâm trạng không vui đơn thuần.

clinical interview (phỏng vấn lâm sàng): Kỹ thuật được Piaget áp dụng trong nghiên cứu trẻ, trên cơ sở hỏi trẻ các câu hỏi trong một bối cảnh thân mật.

clinical neuropsychology (tâm lý học thần kinh lâm sàng): Ngành tâm lý học nghiên cứu hoạt động của não bằng cách khảo sát hậu quả khi bị chấn thương, bệnh hay thương tổn ở não.

cloning (sinh sản vô tính): Quá trình tạo ra các động vật có gien giống hệt nhau theo cách nhân tạo, bằng cách làm cho các tế bào của động vật bố mẹ sinh sản và phát triển thành các động vật hoàn chỉnh trên cơ sở thông tin về gien trong nhân tế bào.

closure (sự khép kín): Nguyên tắc tổ chức nhận thức của tâm lý học Cấu trúc, mô tả cách chúng ta thường hoàn chỉnh những hình ảnh rời rạc trong suy nghĩ sao cho chúng hình thành những hình dạng toàn thể.

cocktail party phenomenon (hiện tượng tiệc cocktail) Hiện tượng trong chú ý chọn lọc trong đó một người có thể chỉ chú ý cuộc trò chuyện trực tiếp nhưng không nhớ tên của riêng mình nếu được đề cập ở nơi khác

coding (mã hóa): Chuyển đổi thông tin thành một hình thức trong đó thông tin có thể trình bày trong não.

coercive power (khả năng ép buộc): Khả năng trên cơ sở cá nhân ở một vị thế buộc người khác phải tuân lệnh mình, bằng sự đe dọa trừng phạt theo cách nào đó.

cognition (sự nhận thức): Quá trình suy nghĩ. Nhận thức bao gồm các quá trình nhận biết, trí nhớ, suy nghĩ, lập luận, ngôn ngữ và một số loại tập quen.

cognitive balance (cân bằng nhận thức): Quan điểm cho rằng con người thích những suy nghĩ khác nhau của mình phải phù hợp chứ không mâu thuẫn với nhau. Sự mất cân bằng được cho là nguyên nhân làm thái độ thay đổi.

cognitive dimension (khía cạnh nhận thức): Khía cạnh thái độ liên quan đến suy nghĩ, quan điểm và niềm tin đối với mục tiêu của thái độ.

cognitive dissonance (sự bất đồng nhận thức): Sự căng thẳng được tạo ra do mất cân bằng nhận thức – có suy nghĩ trực tiếp mâu thuẫn với nhau. Giảm bớt bất đồng nhận thức được chứng minh là yếu tố trong một số hình thức thay đổi thái độ.

cognitive maps (bản đồ nhận thức): Hình ảnh suy nghĩ sự vật đang ở đâu. Con người phát triển bản đồ nhận thức theo hiểu biết của mình về một thành phố hay một tổ chức, loại chuột phát triển bản đồ nhận thức khi chúng tìm hiểu mê cung thực nghiệm.

cognitive processes (quá trình nhận thức): Hoạt động tâm thần chẳng hạn như suy nghĩ, nhớ, hình thành khái niệm, nhận thức hay sử dụng ngôn ngữ.

cognitive science (khoa học nhận thức): Tiếp cận gồm nhiều môn học nghiên cứu trí tuệ nhân tạo và những hiện tượng tương tự, kết hợp các nhà tâm lý học, ngôn ngữ học, khoa học thông tin và các ngành khác.

cognitive style (kiểu nhận thức): Một mẫu suy nghĩ hay giải quyết vấn đề đặc biệt.

cognitive therapy (liệu pháp nhận thức): Hình thức tâm lý liệu pháp trên cơ sở làm thay đổi suy nghĩ, thái độ và quy kết của con người về thế giới của họ, vì thế giúp họ hành động tích cực hơn và thay đổi sự việc tốt hơn.

companionate love (tình yêu có thỏa thuận): Hình thức tình yêu trên cơ sở tình cảm và tình bạn qua lại, thường phát triển qua một thời gian dài.

comparative psychology (tâm lý học so sánh): Nghiên cứu hành vi động vật theo cách chẳng hạn như tìm hiểu cơ chế và nguyên tắc làm nền tảng cho hành vi.

complementary needs hypothesis (giả thuyết nhu cầu bổ sung): Quan niệm cho rằng một số cặp vợ chồng hấp dẫn lẫn nhau vì họ có nhân cách trái ngược nhau, vì thế người này bổ sung nhu cầu cá nhân của người khác, như người này thích nói nhiều trong khi người khác thích lắng nghe.

complex cells (tế bào phức): Tế bào thần kinh tìm thấy trong vùng dồi thị gây ra phản ứng đối với những đường kẻ trong một chiều cụ thể, nằm bất kỳ nơi đâu trong thị trường.

compliance (tuân thủ): Quá trình hòa hợp với người khác – chẳng hạn như tán thành – nhưng không chấp nhận quan điểm của họ ở mức độ cá nhân.

componential intelligence (trí năng thành phần): Bộ phận trong mô hình trí năng tam đầu của Sternberg liên quan và bao gồm quá trình và kỹ năng suy nghĩ.

Computed Axial Tomography (chụp cắt lớp theo trục bằng máy tính – CAT): Phương pháp phát hiện tính bất thường ở não bằng cách nghiên cứu một loạt "ảnh chụp" bằng tia X chụp não liên tục.

computer metaphor (phép ẩn dụ máy tính): Quan niệm cho rằng não người hoạt động như máy tính theo cách bộ não xử lý thông tin.

computer simulation (mô phỏng máy tính): Nỗ lực phát triển chương trình máy tính tái tạo những quá trình ở con người chẳng hạn như giải quyết vấn đề hay học tập kỹ năng.

conative dimension (khía cạnh ý muốn): Còn gọi là khía cạnh hành vi, đây là khía cạnh thái độ liên quan đến khuynh hướng hành động – con người chắc chắn sẽ hành động ra sao cho phù hợp với thái độ thể hiện.

concrete operational stage (giai đoạn hành động cụ thể): Giai đoạn thứ 3 trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget mang đặc điểm nhu cầu liên kết vấn đề với các tình huống hay biến cố thực.

concurrent validity (tính giá trị đồng quy): Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách so sánh nó với một số cách đánh giá khác được tiến hành cùng lúc – nghĩa là đang diễn ra đồng thời.

conditioned response (phản xạ có điều kiện): Phản xạ tập quen tạo ra một kích thích có điều kiện.

conditioned stimulus (kích thích có điều kiện): Kích thích chỉ mang lại một phản ứng vì nó liên kết với một kích thích không điều kiện.

conditions of worth (điều kiện giá trị): Quan điểm nội bộ hóa về phẩm chất hay thành tựu cá nhân làm cho một người trở thành người có giá trị hay đáng giá, được phát triển do kinh nghiệm từng trải với người khác. Theo Carl Rogers, thực thể điều kiện giá trị của cá nhân là yếu tố chính trong việc duy trì sự tự trọng, hay thiếu tự trọng.

cone cells (tế bào nón): Tế bào trong võng mạc phản ứng với các bước sóng ánh sáng khác nhau, vì thế biểu thị màu sắc.

confabulation (chuyện phiếm): Nhớ lại sự kiện hay thông tin không chính xác do áp dụng kiến thức tồn tại trước đây.

conformity (sự hòa hợp): Quá trình hòa hợp với người khác – chẳng hạn như hành động theo cách giống với người khác.

confounding variable (biến số thay đổi): Biến số tạo ra thay đổi ở biến số lệ thuộc, nhưng không phải là biến số độc lập trong nghiên cứu.

connector neurone (nơron đệm): Tế bào thần kinh trong hệ thần kinh trung ương liên kết các tế bào thần kinh khác.

consensus (sự nhất trí): Một yếu tố trong tiếp cận quy kết hiệp biến để xét xem liệu người khác cũng hành động theo cách tương tự hay không.

conservation (bảo toàn): Khả năng nhận biết thể tích, số lượng hay khối lượng không thay đổi khi thay đổi cách trình bày.

consistency (tính nhất quán): Một yếu tố trong tiếp cận quy kết hiệp biến để xem liệu một người có luôn hành động hay thường hành động theo cách ấy hay không.

construct validity (tính giá trị xây dựng): Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách xem nó có phù hợp với quan điểm lý thuyết về những gì dự định đánh giá hay không.

constructive alternativism (thuyết thay thế xây dựng): Nguyên tắc cho rằng mỗi thực thể tâm lý học ở mỗi người được xây dựng trên cơ sở cá nhân, từ kinh nghiệm cá nhân khác nhau của riêng mình.

consummatory behaviour (hành vi hoàn bị): Hành vi trực tiếp thỏa mãn trạng thái nhu cầu bên trong chẳng hạn như uống nước khi khát.

consummatory stimulation (kích thích hoàn bị): Sự kích thích trực tiếp thỏa mãn trạng thái nhu cầu bên trong như việc có trứng trong ổ đối với gà mái đang ấp.

contact hypothesis (giả thuyết tiếp xúc): Quan niệm cho rằng thành kiến có thể giảm bớt thật hiệu quả do hai nhóm thường xuyên tiếp xúc với nhau. Tuy nhiên, trong thực tế, cũng cần đáp ứng những điều kiện khác (chẳng hạn như hai nhóm phải có địa vị ngang nhau), để giảm bớt thành kiến có hiệu quả.

contextual intelligence (trí năng bối cảnh): Một bộ phận trong mô hình trí năng tam đầu của Sternberg, nhấn mạnh hành động trí năng luôn diễn ra trong một bối cảnh – một điều được xem là hoạt động thông minh nên làm trong bối cảnh này có thể là hành động ngu dốt trong bối cảnh khác. Bối cảnh thay đổi từ rất cụ thể, như tình huống hay hoàn cảnh trực tiếp, cho đến rất rộng như toàn bộ xã hội hay văn hóa.

control group (nhóm kiểm soát): Nhóm dùng để so sánh với nhóm thí nghiệm.

controllable attributions (quy kết có thể kiểm soát): Đánh giá lý do tại sao sự việc diễn ra bao gồm quan điểm cho rằng chúng có khả năng định hướng hay được kiểm soát – nói chung do cá nhân quy kết.

conventional morality (đạo đức quy ước): Giai đoạn thứ hai trong các giai đoạn phát triển đạo đức của Kohlberg.

convergent thinking (suy nghĩ hội tụ): Suy nghĩ hướng về việc tìm ra lời đáp "đúng" duy nhất dành cho vấn đề tập trung vào logic chính xác, kiểm soát suy nghĩ sáng tạo hay trực giác.

corpus callosum (thể chai): Khối sợi thần kinh liên kết hai bán cầu não.

correlated asymmetries (sự mất cân đối tương quan): Đặc điểm liên kết một động vật với hành vi của nó và cùng biểu thị mức độ thành công của động vật ấy khi tham chiến – như tiếng rống của nai đực và vóc dáng, sức mạnh cơ bắp của nai.

correlation (sự tương quan): Khi hai biến số cùng thay đổi. Sự thay đổi có thể tích cực (cùng hướng) hay tiêu cực (khác hướng).

correlation coefficient (hệ số tương quan): Con số giữa -1 và + 1 diễn đạt mối tương quan gắn bó ra sao. Nếu con số này gần 0 không có sự tương quan thực sự nào giữa cả hai, nếu gần +1 có sự tương quan tích cực - nói cách khác nếu một biến số lớn thì biến số kia cũng có khuynh hướng lớn, nếu gần –1 có mối tương quan tiêu cực – nói cách khác nếu một biến số lớn thì biến số kia có khuynh hướng nhỏ.

correspondent inference theory (thuyết suy luận tương ứng): Một biến số trong thuyết quy kết nghiên cứu cách con người suy luận một hành động từ nguyên nhân khuynh hướng hay tình huống bằng cách phác họa vấn đề liệu kết quả có ảnh hưởng đến cá nhân hay không

courtship displays (thể hiện tìm hiểu): Chuỗi hành vi, đặc biệt đối với chủng loài mà một động vật cụ thể thực hiện để thu hút bạn tình.

courtship rituals (nghi thức tìm hiểu): Mẫu hành vi phối hợp do từ hai động vật trở lên thực hiện trước khi giao phối.

covariance theory (thuyết hiệp biến): Một biến thể của thuyết quy kết nghiên cứu cách con người đánh giá liệu một hành động có cân nhắc hay không bằng cách xét đến ba khía cạnh tình huống: nhất trí (liệu người khác cũng làm hay không), nhất quán (liệu người khác cũng làm thế hay không) và đặc biệt (liệu họ hành động theo cách đó trong những tình huống tương tự hay không).

covert observation (quan sát ẩn): Quan sát trong đó những người được quan sát không biết rằng người khác quan sát mình.

criterion validity (tính giá trị tiêu chuẩn): Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (như thực sự có đánh giá theo dự định) bằng cách so sánh nó với một số cách đánh giá khác. Nếu cách đánh giá khác được đánh giá ở thời gian xấp xỉ với đánh giá ban đầu thì loại tính giá trị tiêu chuẩn được áp dụng là tính giá trị đồng quy, nếu được chọn muộn hơn nó là tính giá trị dự đoán.

critical period (giai đoạn tới hạn): Thời gian xác định bằng di truyền trong khi phát triển khi một hình thức học tập cụ thể phải diễn ra nếu trước đây nói chung đã được tập quen.

cross-cueing (gợi ý chéo): Sử dụng chức năng nhận cảm để cung cấp thông tin hiểu được kích thích được nhận thông qua chức năng khác. Ở bệnh nhân tách não, gợi ý chéo ám chỉ gợi ý do bán cầu não này cung cấp cho bán cầu não khác sử dụng những động tác của cơ thể.

curare (nhựa độc curare): Một chất độc thần kinh hoạt động bằng cách ngăn cản việc tiếp nhận acetylcholine ở lá cuối thần kinh vận động vì thế làm tê liệt.

decentre (lệch tâm): Chọn quan điểm của người khác.

decision frames (khuôn khổ quyết định): Tập hợp các giả định trong đó ra quyết định cụ thể

deep dyslexia (loạn đọc sâu): Loạn đọc trong đó con người nhận thấy đặc biệt khó khăn khi lĩnh hội các từ không thể hình dung cụ thể.

deep structure (cấu trúc sâu): Sắp xếp nền tảng của một ngôn ngữ, liên quan đến ý nghĩa và những gì từ của ngôn ngữ ấy trình bày.

defence mechanisms (cơ chế phòng thủ): Chiến lược bảo vệ mà tâm trí sử dụng để tự mình phòng thủ chống lại thông tin xáo trộn hay không mong muốn.

deindividuation (sự làm mất cá tính): Quan điểm cho rằng những người nổi loạn và những loại hành vi quần chúng khác có thể giải thích theo nghĩa loại "tâm lý học đám đông" trong đó sự nặc danh được tạo ra do thiếu những yếu tố nhận dạng cá nhân là nguyên nhân khiến con người từ bỏ những khía cạnh cá nhân khác chẳng hạn như lương tâm, suy nghĩ thận trọng v.v.)

delta rhythm (nhịp delta): Mẫu hoạt động điện não hiện ra trên điện não đồ (EEG) khi cá nhân tập trung thật căng thẳng.

demand characteristics (đặc điểm yêu cầu): Những khía cạnh trong một nghiên cứu tâm lý (hay tình huống nhân tạo khác) sử dụng áp lực ẩn buộc người khác hành động theo cách mong đợi.

democratic leaders (lãnh đạo dân chủ): Lãnh đạo ra quyết định chỉ sau khi bàn bạc với thuộc cấp và thảo luận vấn đề với họ.

dendrites (đọt nhánh) các nhánh ở phần đầu sợi trục tế bào thần kinh giúp tế bào liên kết với các nơron khác.

dependent variable (biến số lệ thuộc): Vấn đề được đánh giá trong một thí nghiệm, thay đổi tùy theo biến số độc lập

depressive attributional style (cách quy kết trầm cảm): Mẫu quy kết dễ phân biệt thường được thể hiện ở những người bị trầm cảm mãn tính, và giúp kéo dài trầm cảm.

depth cue (gợi ý chiều sâu): Một điều gì đó là dấu chỉ báo một vật thể ở cách bao xa.

determinism (thuyết quyết định): Một cách suy nghĩ trong đó mọi hành động hay kinh nghiệm của con người được cho rằng có quan hệ nhân quả trực tiếp.

developmental dyslexia (loạn đọc phát triển): Hình thức loạn đọc không có vẻ có một nguồn gốc hữu cơ cụ thể bất kỳ.

dialect (phương ngữ): Một mẫu sử dụng ngôn ngữ dễ phân biệt ở một nhóm khu vực hay kinh tế xã hội, có hình thức từ vựng và ngữ pháp riêng.

dialectical (biện chứng): Quan hệ lẫn nhau trong đó hai thực thể hay quan điểm hoàn toàn đối lập hay đối lập phối hợp để hình thành một sự tổng hợp hoàn toàn mới. Thực thể này ảnh hưởng và chịu ảnh hưởng bởi thực thể khác chẳng hạn như cùng quan hệ để tạo ra một thực thể mới.

diary method (phương pháp nhật ký): Cách nghiên cứu con người làm gì trong đời sống hàng ngày bằng cách yêu cầu họ viết ra những hạng mục thông tin cụ thể trong thời gian đều đặn hay những dịp thích hợp.

dice-tossing studies (nghiên cứu ném súc sắc): Nghiên cứu tâm lý động học trong đó cá nhân muốn tác động đến mặt súc sắc hiện ra.

dichotic listening task (công việc lắng nghe phân đôi): Cách nghiên cứu chú ý chọn lọc bằng việc cùng lúc cung cấp thông tin khác nhau cho mỗi bên tai và yêu cầu lặp lại những gì vừa nghe.

dictionary unit (đơn vị từ điển): Một đơn vị nhận biết từ hay logogen, sử dụng trong các mô hình xử lý nhận thức.

diffusion of impact (phân tán tác động): Nhận xét rằng người bàng quan ít có khả năng can thiệp, giúp đỡ một người nếu có nhiều người khác có mặt, những người này chắc chắn cũng có khả năng giúp đỡ tương đương

diffusion of responsibility (phân tán trách nhiệm): Quan điểm cho rằng con người ít có khả năng can thiệp, giúp người khác, những người có vẻ cần được giúp đỡ, nếu những người khác đang có mặt (xem phân tán tác động) vì họ xem trách nhiệm đang được những người có mặt chia sẻ, vì thế cho rằng mình có trách nhiệm ít hơn.

digit memory span (dải nhớ chữ số): Số lượng hạng mục cá nhân có thể lặp lại chính xác, từ một danh sách các chữ số (chữ hay số) được người khác đọc lớn chỉ một lần duy nhất. Hầu hết mọi người có thể nhớ khoảng bảy, nhưng thông thường đối với dải nhớ chữ số chỉ nhớ từ năm đến chín. Dải nhớ chữ số tương quan với trí năng đánh giá. Vì trắc nghiệm dải chữ số thường hình thành một thành phần trong trắc nghiệm trí năng, điều như không gây quá nhiều ngạc nhiên.

diglossia (song ngữ): Khả năng nói nhiều hơn một hình thức ngôn ngữ, như tiếng Anh "tiêu chuẩn" và tiếng Anh "thông tục" theo tình huống yêu cầu.

direct perception (nhận thức trực tiếp): Quan niệm cho rằng hệ thần kinh được thiết kế để giúp chúng ta chọn lấy thông tin liên quan trực tiếp từ mạng thị giác không cần giải thích nhận thức phức tạp.

discourse analysis (phân tích chuyện trò): Phương pháp nghiên cứu kinh nghiệm con người bằng cách phân tích vấn đề con người nói với nhau và cách thể hiện chúng về biểu tượng lẫn hành vi.

discrimination (sự phân biệt): Kỹ năng phân biệt kích thích này với kích thích khác thường được tập quen qua biến đổi ngoại cảnh chọn lọc

disembedded thought (suy nghĩ không liên quan): Suy nghĩ không áp dụng vào một bối cảnh có nghĩa bất kỳ, mà chỉ xử lý như một công việc riêng biệt, phân biệt không có sự liên quan nào với thế giới thực.

disorganised schizophrenia (bệnh tâm thần phân liệt hỗn độn): Hình thức bệnh tâm thần phân liệt trong đó suy nghĩ và ngôn ngữ của người bệnh rất phi lý.

dispositional attribution (quy kết khuynh hướng): Khi nguyên nhân của một hành vi cụ thể được cho là bắt nguồn từ nhân cách hay đặc điểm của chính cá nhân hơn là từ yêu cầu của tình huống.

distinctiveness (sự đặc biệt): Một yếu tố trong tiếp cận hiệp biến để quy kết nghiên cứu liệu cá nhân có hành động theo cách tương tự trong những tình huống giống với tình huống đang được xét hay không.

diurnal rhythms (nhịp hoạt động ban ngày): Nhịp sinh học trên cơ sở chu kỳ ngày/ đêm, thường thấy ở động vật thức vào ban ngày.

divergent thinking (suy nghĩ phân kỳ): Suy nghĩ mang tính trực giác hay sáng tạo thường bao gồm các bước "nhảy vọt" phi lý hay ý tưởng đột ngột.

DMILS Viết tắt nhóm từ "Direct mental interaction with living systems": (tương tác tâm thần trực tiếp với hệ thống sống), là thuật ngữ sử dụng trong cận tâm lý học ám chỉ hiện tượng psi chẳng hạn như thần giao cách cảm hay trị bệnh.

DNA (ADN) "Deoxyribonucleic acid": Chuỗi phân tử phức tạp trong nhân tế bào, và "mã hóa" thông tin di truyền.

dogmatism (chủ nghĩa giáo điều): Đặc điểm nhân cách cứng nhắc giống như tính độc đoán, đặc điểm ở cánh tả (tính độc đoán luôn ở cánh hữu). Như tính độc đoán, chủ nghĩa giáo điều bao gồm sự không nhân nhượng với những người khác với ý kiến chính thức, tiếp cận vấn đề phải rạch ròi, minh bạch, phân loại cá nhân cực đoan giữa "chúng ta và họ".

dominance hierarchy (hệ thống thứ bậc thống trị): Hình thức tổ chức xã hội trong đó mỗi động vật được xếp hạng và sẽ hành động gây hấn đối với động vật ở hạng thấp hơn mình và tuân phục động vật ở hạng cao hơn mình.

Dopamine: Một chất truyền thần kinh chính trong hệ thần kinh trung ương.

double-bind (ràng buộc kép): Mẫu tương tác xã hội bị xáo trộn trong đó cá nhân bị mắc kẹt giữa hai mệnh lệnh mâu thuẫn và cũng khó chịu, với một mệnh lệnh thứ ba ngăn cản họ thoát khỏi tình huống.

double-blind control (kiểm soát loại trừ sai sót): Hình thức kiểm soát thí nghiệm mục đích tránh dự đoán tự thực hiện bằng cách đảm bảo rằng không có người tham gia nghiên cứu hay người thí nghiệm nào tiến hành nghiên cứu biết được giả thuyết thí nghiệm.

down-through technique (kỹ thuật down-through): Phương pháp trắc nghiệm khả năng thấu suốt, trong đó người tham gia phải hô to chuỗi một cỗ bài Zener trước khi người khác nhìn thấy. Quan niệm cho rằng phương pháp này có thể phân biệt giữa khả năng thấu suốt và thần giao cách cảm.

dreamwork (nghiên cứu giấc mơ): Quá trình sử dụng biểu tượng ẩn trong giấc mơ để diễn đạt xung đột nội tâm và mong muốn tiềm thức.

drive theories (thuyết xu thế): Thuyết động cơ thúc đẩy ở người giải thích tại sao chúng ta làm việc sử dụng quan điểm cho rằng hành vi của chúng ta được định hướng làm giảm một số nhu cầu bên trong. Sau đó nhu cầu hình thành sự căng thẳng bên trong và mong muốn làm giảm căng thẳng này tạo ra áp lực phải hành động (xu thế) chỉ được giảm bớt khi nhu cầu được thỏa mãn.

DSM –IV: Một hệ thống phân loại các rối loạn tâm thần.

dyadic phase (giai đoạn bộ đôi): Giai đoạn trong sự gãy đổ mối quan hệ liên quan đến cả hai vợ chồng – nói cách khác thời điểm quyết định của một người muốn kết thúc mối quan hệ được thông báo cho người kia biết.

dynamic equilibrium (cân bằng động): Sự cân bằng giữa hai áp lực trái ngược có được bằng sự di chuyển và điều chỉnh thường xuyên giữa chúng.

dyslexia (loạn đọc): Một thuật ngữ để gọi sự rối loạn trong xử lý và giải thích thông tin từ chữ nhìn thấy.

ecological (sinh thái): Liên quan đến "đời sống thực" hay tình huống mỗi ngày trái với mô phỏng trong phòng thí nghiệm được hình thành nhân tạo.

ecological validity (tính giá trị sinh thái): Cách đánh giá giá trị của một trắc nghiệm hay biện pháp (nghĩa là có đánh giá được sự việc cần đánh giá hay không) liên quan đến việc liệu biện pháp hay trắc nghiệm có thực sự giống đối tác của nó trong thế giới thực, hàng ngày hay không. Nói cách khác, liệu có thực sự mang tính thực tế hay không.

ECT Xem **electro – convulsive therapy**.

EEG Xem **electro – encephalogram**.

efferent neurone (nơron ly tâm): Nơron mang thông tin từ não và tủy sống.

ego (bản ngã, cái tôi): Theo Freud, một bộ phận suy nghĩ gắn bó với thực tại, quân bình nhu cầu của nó với nhu cầu của xung động bản năng và cái siêu ngã

ego-state (tình trạng bản ngã): Cách tương tác với người khác được Berne mô tả thuộc vào ba nhóm: Bố mẹ, Người lớn và Con cái.

egocentricity (thái độ tự cho mình là trung tâm): Giả định cho rằng toàn bộ thế giới tập trung vào cái tôi, và không có gì tồn tại ngoại trừ những gì ảnh hưởng cá nhân trực tiếp.

eidetic memory (trí nhớ thị giác): "Ảnh chụp" – trí nhớ hình ảnh hay âm thanh chính xác đến mức gần như giống với việc ghi lại thực tế.

Einstellung: Một hình thức trạng thái suy nghĩ trong đó con người không thể giải quyết vấn đề vì họ cố gắng làm như thế trong những ức chế tự áp đặt.

elaborated language codes (mật mã ngôn ngữ trau chuốt): Cách sử dụng ngôn ngữ mang đặc điểm vốn từ mở rộng, cấu trúc ngữ pháp phức tạp và cố gắng làm cho ý nghĩa lời nói rõ ràng.

electra conflict (xung đột electra): Một nỗ lực của Freud nhằm giải thích nhận dạng vai trò giới tính nữ bằng thái độ thèm muốn dương vật ở bé gái, và kình địch với người mẹ.

electrical potential (điện thế): Sự bùng nổ dòng điện do tế bào thần kinh tạo ra khi phóng điện.

electrical stimulation of the brain (ESB) (kích thích não bằng điện): Sự củng cố tích cực trực tiếp ở não bằng các điện cực cấy vào vùng dưới đồi.

electro-convulsive therapy (ECT) (liệu pháp sốc điện): Điều trị tâm thần bằng cách đưa dòng điện qua não tạo ra cơn động kinh. Một số người cho rằng để điều trị trầm cảm nội sinh.

electro-encephalogram (EEG) (điện não đồ): Ghi lại hoạt động điện của não bằng cách gắn điện cực vào da đầu.

empathy (sự đồng cảm): Cùng chung cảm xúc với người khác, có thể cảm xúc như thể cho dù không trải qua cùng kinh nghiệm

empiricism (chủ nghĩa kinh nghiệm): Tiếp cận tri thức giả định rằng mọi hiểu biết về thế giới học được qua đầu vào thông tin nhận được từ năm giác quan bên ngoài.

enactive representation (trình bày tương tác): Trình bày thông tin trong tâm trí bằng ấn tượng của hành động – "trí nhớ cơ bắp".

encounter groups (tiếp xúc nhóm): Nhóm tự giúp do Carl Rogers nghĩ ra nhằm mục đích tạo ra sự tôn trọng tích cực không điều kiện giữa các thành viên trong nhóm để tạo điều kiện cho cá nhân phát triển.

endocrine system (hệ nội tiết): Hệ thống các tuyến và ống dẫn tiết nội tiết tố vào mạch máu, do đó tạo ra hay duy trì trạng thái sinh lý của cơ thể.

endogenous depression (trầm cảm nội sinh): Hình thức trầm cảm có vẻ xuất hiện không có một yếu tố báo trước dễ nhận biết bất kỳ.

engram (dấu ghi nhớ sâu): Tên đặt cho "lần theo trí nhớ" theo lý thuyết trong bộ não.

entrapment (sự mắc bẫy): cách mà con người, ủy ban, v.v.. không thể rút lui khỏi những tình huống không giành thắng lợi vì họ cảm thấy mình đã đầu tư quá nhiều đến mức không thể bỏ cuộc.

environmental psychology (tâm lý học môi trường): Ngành tâm lý học đặc biệt quan tâm đến việc hành vi và kinh nghiệm của con người chịu ảnh hưởng bởi các môi trường tự nhiên và xã hội mà họ nhận thấy mình trong đó ra sao.

episodes (tình tiết): Đơn vị hành động xã hội hoàn chỉnh, bản thân nó có ý nghĩa trong khi vẫn đang hình thành một phần trong chuỗi hành động đang tiếp nối – giống như một cảnh trong vở kịch. Harré cho rằng nghiên cứu tình tiết chứ không phải động tác hay hành động hình thành đơn vị phân tích xã hội cơ bản.

episodic memory (trí nhớ tình tiết): Sự lưu trữ kinh nghiệm và sự kiện cá nhân, ràng buộc với bối cảnh cụ thể – trí nhớ sự việc đang diễn ra.

epistemology (nhận thức luận): Cách mà một loại hiểu biết cụ thể hoạt động: điều gì được xem là lập luận hay chứng cứ giá trị trong các lĩnh vực chuyên môn hay kiến thức khác nhau.

equilibration (sự cân bằng): Quá trình qua đó sơ đồ được phát triển, tính đến thông tin mới.

Equipotentiality (tính ngang bằng): Quan niệm cho rằng tập quen và trí nhớ được phân bố trong khắp vùng vỏ não liên hợp, đây là toàn bộ số vỏ não chứ không phải những vùng cụ thể, quyết định những khả năng này.

equity theory (thuyết bình đẳng): Quan điểm cho rằng quy ước và tiêu chuẩn xã hội trên cơ sở nguyên tắc trao đổi bình đẳng mặc dù không phải nhất thiết hoàn toàn bình đẳng.

ESB Xem **electrical stimulation of the brain.**

ESP Xem **extra-sensory perception.**

ethical (đạo đức): Liên quan đến cái đúng và sai.

ethnocentricity (thái độ tự cho mình là trung tâm): Không có khả năng khái niệm hóa hay hình dung quan điểm, suy nghĩ xã hội hay thế giới từ bất kỳ quan điểm nào khác với quan điểm về văn hóa đặc trưng hay nhóm xã hội đặc trưng của chính mình.

ethnolinguistics (ngôn ngữ học dân tộc): Nghiên cứu sự đa dạng trong ngôn ngữ được biểu thị trong các nhóm văn hóa, dân tộc hay tiểu văn hóa cụ thể.

ethogenics (tiếp cận tình tiết, miêu tả): Tiếp cận nghiên cứu kinh nghiệm xã hội do Harrè phát triển nhấn mạnh tầm quan trọng của toàn bộ tình tiết và miêu tả bằng lời.

ethology (tập tính học): Nghiên cứu hành vi, tập tính trong môi trường tự nhiên.

eugenics (thuyết ưu sinh): Quan điểm chính trị cho rằng con người có thể cải thiện bằng cách loại trừ "những người không mong muốn" ra khỏi dòng dõi sinh sản, sao cho họ không thể lưu truyền gien được cho là hạ đẳng. Một số người theo thuyết ưu sinh ủng hộ việc thụ tinh cưỡng bách trong khi số khác thích diệt chủng hay thảm sát tập thể hơn.

evoked potential (điện thế khởi kích): Mẫu hoạt động điện đặc trưng trong não thể hiện qua điện não đồ EEG, được tạo ra khi phản ứng trước một kích thích cụ thể.

evolution (sự tiến hóa): Quá trình phát triển chủng loài thông qua những thay đổi di truyền nhỏ dẫn đến sự khỏe mạnh thích nghi đối với cá thể.

excitatory synapse (liên khớp thần kinh kích thích): Liên khớp thần kinh khi bị kích hoạt làm cho nơron thụ quan có khả năng phóng điện nhiều hơn.

existentialist therapy (liệu pháp hiện sinh): Liệu pháp trên cơ sở quan điểm cho rằng mỗi cá thể sau cùng chịu trách nhiệm về sự tồn tại của mình trong thế giới và những chọn lựa của họ đối với đời sống.

exogenous depression (trầm cảm ngoại sinh): Trầm cảm được cho rằng xảy ra do kết quả của các yếu tố báo trước từ bên ngoài chẳng hạn như việc mất đi người thân.

experiential intelligence (trí năng kinh nghiệm): Bộ phận trong thuyết trí năng tam đầu của Sternberg về việc cá nhân học được gì từ kinh nghiệm cá nhân.

experiment (thí nghiệm): Hình thức nghiên cứu trong đó khai thác biến số để tìm hiểu nhân quả.

experimental rigour (chính xác thí nghiệm): Sự cẩn thận trong thí nghiệm, sự thận trọng khi tiến hành thí nghiệm đảm bảo rằng tất cả quá trình và kiểm soát được thực hiện hiệu quả

experimenter effects (tác động của người thí nghiệm): Tác động không mong muốn trong nghiên cứu tâm lý học được người tiến hành nghiên cứu tạo ra cố ý hay vô tình.

expert power (khả năng chuyên môn): Khả năng trên cơ sở cá nhân có kỹ năng đặc biệt hay chuyên môn trong một lĩnh vực liên quan.

expert systems (hệ thống chuyên môn): Hệ thống trí năng nhân tạo nhằm mục đích cung cấp cho chuyên gia nguồn thông tin mở rộng để giúp họ ra quyết định.

external locus of control (quỹ tích kiểm soát bên ngoài): Suy nghĩ hay niềm tin cho rằng sự kiện do tình huống hay người khác gây ra không ảnh hưởng đến bản thân.

extinction (sự biến mất): Sự biến mất của một phản ứng do thiếu củng cố.

extra sensory perception (nhận thức ngoài cảm giác): Có được thông tin từ một đích trong môi trường nhưng không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

extroversion (hướng ngoại): Khuynh hướng chung hướng đến hành vi hòa đồng, thân mật và thoải mái.

eye contact (tiếp xúc bằng mắt): Nhìn lẫn nhau, hay khi hai người, mỗi người đều nhìn nhau cùng lúc.

face recognition unit (đơn vị nhận biết khuôn mặt): Đơn vị xử lý thông tin theo giả thuyết trong suy nghĩ tham gia việc nhận biết người quen qua khuôn mặt.

face validity (tính giá trị bề mặt): Liệu một trắc nghiệm hay biện pháp đánh giá có xét đến bề mặt như thể có lẽ đánh giá những gì theo dụ định hay không.

facilitator (người tạo điều kiện thuận lợi): Người có hành động khuyến khích các quá trình giữa cá nhân với nhau tích cực diễn ra, chẳng hạn trong tiếp xúc nhóm.

factor analysis (phân tích yếu tố): Phương pháp phân tích thống kê khảo sát sự tương quan giữa dữ liệu để nhận dạng các nhóm hay tập hợp thành nhóm chính do một yếu tố chung riêng lẻ gây ra.

g (viết tắt của "trí năng chung chung"): Một loại trí năng được cho là làm nền tảng của mọi loại hoạt động suy nghĩ khác nhau, trái với các loại tài năng hay năng khiếu có thể hơn.

family therapy (điều trị tại gia): Tiếp cận trong tâm lý liệu pháp trong đó hoạt động sai chức năng ở cá nhân được xem là một căn bệnh của gia đình chứ không phải căn bệnh của cá nhân, và trong đó sự liên kết và các mẫu giao tiếp trong gia đình được tìm hiểu và đôi khi bị thử thách.

Faraday cage (lồng Faraday): Sự bọc kín bằng dây hay thanh kim loại, ngăn cản sự truyền nhiệt và truyền thanh. Lồng Faraday được sử dụng trong nghiên cứu nhìn từ xa vì người ta cho rằng khả năng psi có thể xảy ra do sự truyền "điện" trong suy nghĩ của người gởi.

fatigue effect (ảnh hưởng mỏi mệt): Ảnh hưởng do thí nghiệm mang lại khiến đối tượng mệt mỏi hay nhàm chán.

feature list theories (thuyết liệt kê đặc điểm): Lý thuyết hình thành khái niệm cho rằng một khoản được đánh giá thuộc về một nhóm nếu có những đặc điểm chính của nhóm ấy.

feedback (sự phản hồi): Hiểu biết về tính hiệu quả trong việc thực hiện một nhiệm vụ hay một loạt nhiệm vụ ở một người. Sự phản hồi có vẻ là điều cần thiết trong hầu hết các hình thức tập quen và hiệu quả hơn nếu như mang tính trực tiếp.

fight or flight response (phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy): Phản ứng sinh lý do phân chia giao cảm của ANS tạo ra khi gặp đe dọa hay giận dữ là nguyên nhân làm cho cơ thể bị kích hoạt để tạo năng lượng.

figure - ground organisation (sắp xếp trên cơ sở hình): Cấu trúc kinh nghiệm thị giác thành hình dạng (hình) so với phần nền.

file-drawer problem (vấn đề ngăn hồ sơ): Vấn đề báo cáo chọn lọc trong nghiên cứu tâm lý học, ở chỗ chỉ có nghiên cứu có chứng cứ quả quyết mới được đăng báo trong khi nghiên cứu không thành công lưu giữ trong tủ hồ sơ của người thí nghiệm và không được công bố.

filter theory (thuyết chọn lọc): Thuyết chú ý chọn lọc xem thông tin không cần thiết như những thông tin bị loại trừ, trong khi tích cực tìm kiếm thông tin cần thiết.

five robust factors (5 yếu tố thiết thực): Chứng cứ thường gặp cho thấy các bảng câu hỏi nhân cách cho kết quả, khi phân tích yếu tố, thường thuộc về 5 nhóm, mặc dù trình bày các đặc điểm nhân cách cơ bản.

fixation (sự gắn bó): Trong thuật ngữ của Freud, quá trình "dính vào" giai đoạn phát triển tâm lý học ban đầu.

fixed action patterns (các mẫu hành động cố định): Chuỗi hành vi kế thừa được thực hiện để phản ứng với một dấu hiệu kích thích.

fixed role therapy (liệu pháp vai trò cố định): Hoàn toàn tâm lý liệu pháp trong đó con người đảm nhận các vai trò khác với vai trò mà họ chấp nhận thông thường.

flashbulb memories (trí nhớ nhấp nháy): Trí nhớ hoàn toàn theo bối cảnh đi kèm với chuyện xảy ra hay biến cố ấn tượng.

forced-choice test (trắc nghiệm lựa chọn bắt buộc): Cách tiến hành nghiên cứu trong đó những câu trả lời có thể từ phía người tham gia bị giới hạn với số lượng tùy chọn hạn chế, trái với trắc nghiệm được tự do trong câu trả lời.

formal operational stage (giai đoạn hành động chính thức): Giai đoạn thứ tư trong 4 giai đoạn nhận thức của Piaget, nhấn mạnh đến suy nghĩ trừu tượng và lập luận logic.

fovea (hố nhỏ): Bộ phận chính trong võng mạc nơi hình ảnh thị giác được tập trung rõ ràng nhất.

free-response test (trắc nghiệm trả lời tự do): Cách thu thập thông tin từ những người tham gia nghiên cứu trong đó họ được phép tự do phát biểu hay chọn những gì mình thích, trái với trắc nghiệm lựa chọn bắt buộc.

frontal lobe (thùy trán): Phần phía trước của não.

frontal lobotomy (mở thùy trán): Cắt bỏ phần trước não, có lúc được xem là để làm giảm sự gây hấn, hiện nay được xem là làm tổn hại đến việc hoạch định và khả năng ra quyết định.

frustration-aggression hypothesis (giả thuyết thất vọng – gây hấn): Quan niệm cho rằng tình huống hay sự kiện gây thất vọng, trong đó một người bị ngăn cản tiếp cận hay đạt được một mục tiêu mong muốn có thể tạo ra sự gây hấn. Mục tiêu trong bối cảnh này không cần phải cụ thể: chẳng hạn, tình huống xã hội bị đàn áp hay bị bần cùng hóa có thể gây thất vọng không đạt đến mục tiêu đời sống dễ chịu và an toàn

functional fixedness (tính cố định chức năng): Trạng thái không thể suy nghĩ về cách sử dụng khác đối với một đối tượng ngoại trừ cách đang được sử dụng thông thường

fundamental attribution error (sai sót quy kết cơ bản): Cách con người thường áp dụng các tiêu chuẩn khác nhau trong việc quy kết lý do giải thích hành động của người khác hơn là quy kết lý do đối với hành động của chính mình. Nhất là, con người thường đánh giá hành động của riêng mình là do yêu cầu tình huống nhưng hành động của người khác là do các nguyên nhân khuynh hướng.

G: Viết tắt của chữ "trí năng chung": loại trí năng được cho là làm nền tảng cho mọi loại hoạt động suy nghĩ khác nhau trái với các loại tài năng hay năng khiếu cụ thể.

Galvanic skin resistance (GSR) (phản ứng điện châm qua da): Tính dẫn điện ở da thay đổi theo mức độ căng thẳng, vì thế sử dụng trong các kiểm tra phát hiện nói dối và những phương pháp đánh thức khác..

Ganzfeld: Lĩnh vực nhận thức hoàn toàn không có đặc điểm. Ganzfelds được các nhà tâm lý học Gestalt sử dụng trong nghiên cứu ban đầu về tính chất nhận thức, hiện nay được các nhà nghiên cứu cận tâm lý học sử dụng như kỹ thuật được cho là tạo điều kiện thuận lợi cho ESP.

GAS Xem **general adaptation syndrome**.

Gaussian distribution (phân phối Gaussian): Phân phối thống kê minh họa bằng đường cong hình chuông, còn gọi là phân phối bình thường.

gene (gien): Đơn vị di truyền về sinh học được tượng trưng bằng một chuỗi ADN cụ thể.

gene pool (tập hợp gien): Toàn bộ dải đặc điểm kế thừa có thể có sẵn trong gien của một quần số động hay thực vật nhất định.

general adaptation syndrome (hội chứng thích nghi chung): Quá trình thích nghi sinh lý đối với căng thẳng dài hạn, kết quả làm sức đề kháng bệnh tật giảm cũng như những kết quả tiêu cực khác.

general mental ability tests (trắc nghiệm khả năng suy nghĩ chung): Thuật ngữ khác để gọi trắc nghiệm trí năng, được chuộng hơn trong giới trắc nghiệm chuyên môn.

general problem solver (giải pháp cho vấn đề chung): Một chương trình mô phỏng máy tính ban đầu sử dụng phân tích phương tiện – mục đích để giải quyết vấn đề đơn giản.

generalisation (khái quát hóa): Quá trình qua đó một phản ứng tập quen xảy ra trong nhiều tình huống hơn quá trình trong đó phản ứng được tập quen lần đầu.

genetic determinsm (thuyết quyết định di truyền): Trường phái tư tưởng theo giản hóa luận cho rằng hành vi, khả năng con người, v.v.) hoàn toàn do cơ chế kế thừa quyết định, vì thế đặc biệt không nhạy cảm với ảnh hưởng môi trường, ngoại trừ ở mức độ rất nhỏ. Những lý thuyết như thế thường đi kèm với suy nghĩ chính trị hữu khuynh, và đạt đến sự thể hiện chính trị cao nhất trong thuyết ưu sinh.

genetic engineering (kỹ thuật gien): Quá trình thay đổi các đặc điểm gien thông qua sự can thiệp bằng kính hiển vi.

genetic reductionism (giản hóa luận di truyền): Quan điểm cho rằng tất cả, hay gần như là tất cả, tâm lý học có thể giải thích đơn thuần như một sản phẩm của những ảnh hưởng di truyền.

genetic transmission (sự di truyền): Việc truyền đặc điểm kế thừa từ bố mẹ sang con cháu.

genital stage (giai đoạn sinh dục): Trong lý thuyết của Freud, giai đoạn phát triển tâm lý học ở tuổi dậy thì trong đó dục tính tập trung vào các cơ quan sinh dục và cá nhân quan tâm đến người khác phái.

genotype (kiểu gien): Toàn bộ tập hợp đặc điểm có khả năng di truyền có trong nhiễm sắc thể của cá thể.

geometric illusions (ảo giác hình học): Ảo giác sử dụng các đường nét và hình vẽ hình học có tác dụng của chúng.

Gestalt psychology (tâm lý học Gestalt): Một trường phái tâm lý học phản đối giản hóa luận kích thích phản ứng của những người theo thuyết hành vi, thay vào đó nhấn mạnh khuynh hướng con người hướng đến tính trọn vẹn kinh nghiệm và nhận thức.

Gestalt therapy (liệu pháp Gestalt): Hình thức tâm lý liệu pháp nhấn mạnh tầm quan trọng của kinh nghiệm nhận cảm hoàn toàn.

GPS Xem **general problem solver**.

gradient of colour (gradient màu sắc): Gợi ý chiều sâu một mắt về việc màu sắc có vẻ mờ nhạt theo khoảng cách.

gradient of texture (gradient bố cục): Gợi ý chiều sâu một mắt về cách bố cục và chi tiết nhỏ trên bề mặt của đồ vật khi nhìn xa có vẻ mượt hơn.

grapheme (tự vị): Một đơn vị cơ bản của ngôn ngữ viết.

grave-dressing phase (giai đoạn mặc áo tang): Giai đoạn trong sự gãy đổ mối quan hệ vào thời điểm cặp vợ chồng tập trung vào việc phục hồi từ sự gãy đổ, trau chuốt phiên bản của mình về những gì đã diễn ra.

group polarisation (sự phân cực nhóm): Nhận xét rằng con người khi làm việc trong nhóm thường ra quyết định cực đoan hơn thành viên của một nhóm chẳng hạn như các cá thể. những quyết định như thế có thể cực đoan hơn theo hai hướng: hoặc rủi ro hoặc bảo thủ nhiều hơn.

group selection theories (lý thuyết chọn lọc nhóm): Mô hình tiến hóa trên cơ sở quan điểm cho rằng đặc điểm phát triển vì giúp cho chủng loài nói chung tồn tại chứ không phải là cá thể.

group therapy (điều trị nhóm): Một hình thức tâm lý liệu pháp trong đó nhiều bệnh nhân tương tác với nhau và với nhà điều trị, trái với tình huống điều trị riêng lẽ một đối một.

groupthink (suy nghĩ nhóm): Cách mà một ủy ban, thành viên câu lạc bộ hay nhóm người khác xa rời thực tế do sự nhất trí xã hội của riêng họ. Suy nghĩ nhóm có nghĩa là họ ra quyết định nguy hiểm hay ngu xuẩn vì nhóm không đặt nghi vấn cho những giả định của riêng mình hay tính đến những khía cạnh thực tế không mong muốn có thể xảy ra trong tình huống.

GSR Xem **galvanic skin resistance**

habituation (biến đổi tập tính): Thích nghi với một kích thích, chẳng hạn như kích thích không còn được các nơron nhận cảm đảm bảo nữa.

hallucinogens (chất gây ảo giác): Thuốc làm con người bị ảo giác – nhìn thấy hay có cảm giác rằng sự vật không thực sự có mặt.

hedonic relevance (sự có liên quan đến hưởng lạc): Khuynh hướng cho rằng con người thường có khả năng đưa ra quy kết khuynh hướng về nguyên nhân của vấn đề gì đó nếu vấn đề ấy có kết quả khó chịu hay dễ chịu đối với họ. Hành động có những hậu quả trung tính dễ có khả năng được đánh giá dễ xảy ra do kết quả của tình huống.

hemispherectomy (phẫu thuật cắt bỏ bán cầu): Phẫu thuật cắt bỏ toàn bộ bán cầu não.

hereditarian (theo thuyết di truyền): Nhấn mạnh cơ chế kế thừa (như trong trí năng) đối với sự loại trừ hay giảm thiểu hóa các yếu tố khác.

heritability (tính di truyền): Giá trị số học để gọi trí năng trên giả định sai lầm rằng có thể tách biệt và tính số lượng thành phần di truyền và tập quen.

hermeneutic (ý nghĩa hành vi – kinh nghiệm xã hội): Quan tâm đến tính chất giải thích và ý nghĩa xã hội.

heteronomous (thuộc dị trị): Đối tượng thuộc về định luật của người khác.

heuristics (thử – rút kinh nghiệm): Chiến lược giải quyết vấn đề bao gồm việc tiến hành các bước có thể chắc chắn đưa đến giải pháp cho dù chiến lược này không chắc chắn

hidden observer (người quan sát ẩn): Hiện tượng được quan sát trong thôi miên, trong đó một phần suy nghĩ vẫn còn tách rời và quan sát bình thản.

high drive state (trạng thái xu thế cao): Một trạng thái trong đó xu thế cụ thể được cho rằng rất mạnh – nói cách khác, giải thích thuyết xu thế khi nào cá nhân được thúc đẩy mạnh để làm một việc gì đó

hindsight bias (thành kiến nhận thức muộn): Khuynh hướng nhận thức giải pháp mang tính hiển nhiên khi hồi tưởng trong khi không phải phân loại vào thời điểm đó.

hippocampus (vùng cá ngựa): Một trong những vùng dưới lớp vỏ não.

home range (phạm vi quen thuộc): Khu vực trong đó động vật thường tìm được thức ăn.

homeostasis (nội hằng định): Tình trạng cân bằng sinh lý hay thể cân bằng trong cơ thể.

homophones (từ đồng âm): Từ phát âm tương tự như từ khác.

homunculus (người lùn): Hình dạng cơ thể hay hình ảnh cơ thể bị biến dạng, chẳng hạn như được mô tả trong các vùng vỏ não vận động và nhận cảm cơ thể..

hypercomplex cells (tế bào siêu phức): Tế bào trong đồi thị kích thích phản ứng trước hình dạng hay tập hợp các đường kẻ đơn giản.

hypnosis (thôi miên): Tình trạng cực kỳ dễ bị ảnh hưởng trong đó cá nhân tự nguyện hợp tác với những đề nghị của nhà thôi miên. Vấn đề là liệu thôi miên có phải là "trạng thái đặc biệt" hay đơn thuần chỉ là sự mở rộng khả năng hòa đồng xã hội thông thường ở con người hay không.

hypnotherapist (nhà trị liệu bằng thôi miên): Người sử dụng thôi miên để giúp người khác giải quyết rối loạn tâm lý thường thông qua thuật tự thôi miên.

hypothetico-deductive research (nghiên cứu suy diễn theo giả thuyết): Nghiên cứu được tiến hành trên cơ sở sử dụng lý thuyết để tạo ra giả thuyết, sau đó tiến hành nghiên cứu để xem giả thuyết có đứng vững hay không. Nghiên cứu thay thế là nghiên cứu quy nạp.

iconic representation (trình bày biểu tượng): Mã hóa thông tin trong suy nghĩ bằng hình ảnh nhận cảm thông thường chứ không phải luôn luôn là hình ảnh thị giác.

id (xung động bản năng): Bộ phận nguyên thủy trong ngăn cách tiềm thức, theo Freud.

identification (sự nhận dạng): Quá trình tập quen xã hội bao gồm suy nghĩ bản thân phải giống hay thật giống với người khác và làm cơ sở cho cách tương tác ở một người dựa trên sự so sánh ấy.

ideology (ý thức hệ): Một tập hợp suy nghĩ chính trị hay triết học áp đảo kiểm soát những giả định trong một văn hóa hay xã hội cụ thể.

idiographic (mô tả cá nhân): Mô tả ('graphic') cá nhân ('idio'). Thuật ngữ idiographic dùng để mô tả trắc nghiệm nhân cách bao gồm việc nghiên cứu chi tiết đặc điểm của một cá thể, và không so sánh cá thể ấy với thành viên khác trong dân số.

idolect (vốn từ): Hình thức ngôn ngữ riêng hay đặc tính do một cá nhân sử dụng.

idiosyncratic (đặc tính riêng): Đặc trưng đối với cá nhân hay nhóm cụ thể, nhưng đối với người khác không phải là điển hình.

idiots savants (nhà bác học ngốc nghếch): Những người có vẻ giảm thiểu trí năng so với khả năng trí tuệ chung, nhưng biểu thị khả năng suy nghĩ xuất sắc trong một lĩnh vực hẹp – như có khả năng cộng cực nhanh và chính xác hay tính toán số ngày trong tuần với ngày tháng cụ thể cách đây vài ngàn năm.

illusory correlation (tương quan ảo giác): Ấn tượng hai sự kiện hay thực tế liên quan nhau vì chúng cùng xảy ra cho dù thực ra giữa chúng không có sự liên kết.

imagery (hình ảnh): Hình thức miêu tả tâm thần trên cơ sở và có vẻ mang hình thức cảm giác cụ thể (như hình ảnh tâm thần).

imitation (sự mô phỏng): Phỏng theo hành vi hay hành động cụ thể của người khác.

implicit personality theory (thuyết nhân cách ẩn): Quan niệm trực giác về sự phù hợp thông thường của các đặc điểm nhân cách, hình thành cơ sở dự đoán hàng ngày về người khác và chúng có khả năng phải như thế nào.

implosion therapy (liệu pháp âm khép): Hình thức liệu pháp hành vi trên cơ sở "giết quá mức", trong đó cá nhân liên tục đối mặt với các kích thích gây sợ hãi cho đến khi sự sợ hãi của họ không còn nữa.

impression formation (hình thành ấn tượng): Cách chúng ta phát triển ý kiến về người khác phải như thế nào khi lần đầu chúng ta gặp họ.

imprinting (sự hòa đồng): Một hình thức tập quen rất nhanh, được thể hiện ở động vật độc lập sau khi sinh, dẫn đến kết quả sự gắn bó nhanh chóng, rất mạnh với bố.

inclusive fitness (sự thích hợp bao gồm): Nguyên tắc sinh học xã hội cho rằng một hành động có lợi về di truyền cho dù dẫn đến cái chết của cá thể miễn là cái chết ấy đảm bảo sự sống còn của họ hàng mang cùng gien.

Independent-measures design (thiết kế đánh giá độc lập): Khi nghiên cứu bao gồm việc so sánh điểm số từ hai nhóm người riêng biệt trở lên.

independent variable (biến số độc lập): Điều kiện do người thí nghiệm lập ra là nguyên nhân ảnh hưởng đến thí nghiệm. Những biến số này thay đổi theo hệ thống sao cho người thí nghiệm rút ra được kết luận về thay đổi.

inductive research (nghiên cứu quy nạp): Nghiên cứu trong đó khảo sát và quan sát được tiến hành trước tiên, lý thuyết được phát triển trên cơ sở kết quả. Điều này hình thành một tiếp cận thay thế cho tiếp cận suy diễn theo giả thiết trong điều nghiên khoa học, và cũng là phương pháp ngày càng được sử dụng nhiều trong tâm lý học, chẳng hạn trong phân tích mô tả.

informational power (khả năng truyền tin): Khả năng dựa trên cơ sở cá nhân có hiểu biết cụ thể thích hợp đối với tình huống hay cá nhân liên quan.

infrasound (tần số rất thấp): Âm thanh quá thấp đến mức tai người không thể nghe được.

inhibitory synapse (liên khớp thần kinh ức chế): Liên khớp thần kinh khi bị kích hoạt làm cho nơron thu quan có khả năng phóng điện ít hơn.

innate (bẩm sinh): Nghĩa đen là có sẵn lúc sinh ra, nói chung từ này thường dùng biểu đạt ý kế thừa, lưu truyền qua sự di truyền, vì thế không phải là kết quả của một ảnh hưởng môi trường bất kỳ.

innate releasing mechanism (IRM) (cơ chế phóng thích bẩm sinh): "Khởi sự" giả thuyết kích hoạt mẫu hành động cố định khi có sự hiện diện của kích thích môi trường thích hợp.

insight learning (tập quen hiểu biết): Tập quen diễn ra do kết hợp suy nghĩ đột ngột và đồng thời xét đến mọi giải pháp, trái với việc hình thành tập quen dần dần hơn trong đó giải pháp đạt được mỗi lúc một chút, giống như tập quen thử nghiệm và sai sót.

instinct theories (lý thuyết bản năng): Tên đặt cho quan niệm đã lỗi thời cho rằng lý do giải thích tại sao con người hành động hay hoạt động theo một cách nào đó là vì họ được định hướng bằng một số loại áp lực hay "bản năng" nào đó.

insulin shock therapy (liệu pháp sốc insulin): Một hình thức điều trị tâm thần lỗi thời làm bệnh nhân hôn mê do tiêm insulin liều cao.

intelligence quotient (IQ) (chỉ số thông minh): Con số một số người nghĩ rằng biểu thị mức độ thông minh của một người, biểu thị người ấy thực hiện trắc nghiệm trí năng tốt đến mức nào.

interactionism (thuyết tương tác): Tiếp cận tìm hiểu hành vi con người và tập tính động vật nhấn mạnh sự liên kết giữa các mức giải thích khác nhau, vì thế đối lập với giản hóa luận.

Interactive programmes (chương trình tương tác): Chương trình máy tính nhằm mục đích thay đổi phản ứng tùy theo đầu vào chúng nhận được từ những người sử dụng chương trình.

interference (sự can thiệp): Sự bóp méo hay phá vỡ trí nhớ xảy ra do kết quả của thông tin khác đang được học hay đã lưu trữ trong bộ nhớ.

intergroup rivalry (kình chống giữa các nhóm): Sự cạnh tranh giữa các nhóm xã hội khác nhau thường dẫn đến thái độ thù địch quyết liệt.

internal attribution (quy kết bên trong): Đánh giá cho rằng một hành vi hay hành động được các nguồn bên trong cá nhân gây ra – chẳng hạn như tính tình, nhân cách hay ý định. Còn gọi là quy kết tố chất.

internal locus of control internal locus of control (quỹ tích kiểm soát bên trong): Suy nghĩ cho rằng những sự kiện quan trọng trong đời sống phần lớn là do nỗ lực, khả năng v.v.) của riêng mình không phải do các tình huống bên ngoài gây ra.

interpersonal (giữa cá nhân với nhau): Về nghĩa đen "giữa con người", thuật ngữ này dùng để mô tả hành động hay khả năng xảy ra bao gồm ít nhất hai người tác động với nhau theo cách nào đó.

intra psychic phase (giai đoạn nội tâm thần): Giai đoạn đầu tiên trong sự gãy đổ mối quan hệ trong đó một người nhận thấy rằng sự bất mãn ngày càng tăng của mình đối với mối quan hệ đã vượt khỏi mức có thể giải quyết và quyết định kết thúc mối quan hệ.

introspection (nội quan): Nhìn vào "bên trong" để phân tích hay tìm hiểu tình trạng tâm thần, suy nghĩ hay quan điểm của một người.

introversion (hướng nội): Khuynh hướng chung thích hành vi đơn độc, không hòa đồng.

ipsative tests (trắc nghiệm cân bằng): Trắc nghiệm dùng để biểu thị sự cân bằng các đặc điểm khác nhau trong một cá nhân nhưng không phải so sánh con người với nhau.

ipsilateral (cùng bên): Xảy ra ở cùng bên.

IQ Xem **intelligence quotient.**

IRM Xem **innate releasing mechanism.**

James-Lange theory of emotion (thuyết cảm xúc James-Lange): Thuyết phát biểu rằng kinh nghiệm cảm xúc của chúng ta bắt nguồn từ sự nhận thức thay đổi sinh lý trong cơ thể.

jet lag (sự mệt mỏi khi qua các múi giờ): Phá vỡ nhịp ngày đêm của cơ thể do nhu cầu phải nhanh chóng điều chỉnh để thích nghi với các múi giờ khác nhau.

job aptitude tests (trắc nghiệm năng lực công việc): Trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần đánh giá một người có khả năng làm tốt trong một công việc cụ thể hay không – nói cách khác, liệu họ có loại kỹ năng hay tài năng thích hợp sao cho có thể tập quen với công việc dễ dàng và nhanh chóng.

juvenile delinquent (phạm pháp vị thành niên): Thanh niên phạm luật.

kin selection (chọn lọc họ hàng): Khái niệm sinh học xã hội trên cơ sở quan sát rằng động vật (và con người) đôi khi có những hành động vị tha, khi cần thiết sẽ hi sinh để giúp cho bà con gần của mình tồn tại. Trong lý thuyết sinh học xã hội, điều này được hiểu như một cơ chế tiến hóa qua đó "gien" (định nghĩa như đơn vị di truyền mặc dù không giống với khái niệm sinh học) mà cá thể và bà con họ hàng có chung, sẽ tồn tại.

kinaesthetic senses (cảm giác vận động cơ thể): Giác quan cơ thể thông báo về vị trí và tình trạng cơ bắp, hệ xương và các cơ quan bên trong

knowledge frame (khung hiểu biết): Bối cảnh và tiêu chuẩn của tính liên quan trong đó ấn định một vấn đề.

Korsakoff's syndrome (hội chứng Korsakoff): Tình trạng mất trí nhớ nghiêm trọng và chứng mất trí nhớ tiến hành do lạm dụng rượu lâu ngày.

labelling theory (thuyết gọi tên): Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội trên cơ sở quan điểm dự đoán tự thực hiện – sự mong đợi có thể tự khẳng định vì những người liên quan hành động như thể những mong đợi là đúng.

latency period (giai đoạn phát triển cá tính): Trong lý thuyết của Freud, một giai đoạn thời thơ ấu trong đó dục tình lan tỏa khắp cơ thể và trẻ được xem như thụ động trong tình dục.

latent content (nội dung ẩn): Thuật ngữ của Freud để gọi nội dung ẩn của giấc mơ – ý nghĩa bị biểu tượng che đậy.

latent learning (tập quen ẩn): Tập quen diễn ra không tạo ra sự thay đổi hành vi trực tiếp.

lateral geniculate nuclei (nhân khuỷu bên): Vùng trên đồi thị nơi tế bào hình thành liên khớp thần kinh thị giác với những tế bào dẫn đến vỏ thị giác.

lateral hypothalamus (LH) (vùng dưới đồi bên): Một vùng đặc trưng trong vùng đồi thị được cho rằng tham gia vào việc điều tiết tương đối.

lateral thinking (suy nghĩ một chiều): Tiếp cận giải quyết vấn đề với các bước thận trọng ngoài giả định và khuôn khổ quy ước trong việc tìm kiếm giải pháp.

Law of Effect (Luật kết quả): Nguyên tắc tập quen cho rằng hành động mang lại kết quả vui thú trên cơ thể chắc chắn sẽ được lặp lại

Law of Effort (Luật nỗ lực): Nguyên tắc trong sự hòa đồng cho rằng thú con phải đi theo bố mẹ càng cố gắng hơn thì sự liên kết hòa đồng trở nên gắn bó hơn.

Law of Equipotentiality (Luật tính ngang bằng): Nguyên tắc cho rằng tất cả vùng vỏ liên hợp (những bộ phận trong vỏ não không có chức năng định vị cụ thể) đều quan trọng như nhau trong tập quen và nhớ.

law of Exercise (Luật tập luyện): Nguyên tắc cho rằng nếu một kích thích và hành động xảy ra cùng lúc, đều đặn thì sẽ đi đến việc hình thành một liên kết tập quen.

Law of Mass Action (Luật tác động số lượng): Nguyên tắc cho rằng chính lượng vỏ não quyết định tập quen và nhớ hiệu quả chứ không phải vị trí của vỏ ấy.

Laws of Pṛgnanz (định luật Pṛgnanz): Một tập hợp các nguyên tắc nhận thức do các nhà tâm lý học Cấu trúc nhận dạng, qua đó. thông tin hình ảnh mang hình dạng và hình thức.

lay epistemology (nhận thức luận thế tục): Nghiên cứu suy nghĩ và mô tả xã hội hàng ngày được chấp nhận, chuyển đổi và thay đổi ra sao, và những gì được xem là hiểu biết có giá trị về các hệ thống suy nghĩ được xã hội chấp nhận.

learned helplessness (tình trạng bất lực tập quen): Cách mà kinh nghiệm bị ép buộc đưa vào vai trò nạn nhân thụ động trong một tình huống có thể khái quát hóa ở các tình huống khác chẳng hạn như cá nhân hay động vật không nỗ lực tự giúp mình trong những tình huống khó chịu cho dù nỗ lực như thế sẽ công hiệu.

learning curve (đường cong tập quen): Mẫu biểu đồ dễ phân biệt được tạo ra khi vẽ bản đồ thời gian cần thiết để tập quen một hành vi mới.

learning sets (bối cảnh tập quen): Sự sẵn sàng tiến hành một vài loại tập quen quen thuộc.

legitimate power (uy quyền hợp pháp): Uy quyền trên cơ sở cá nhân đạt được một vị trí thích hợp hay do các tiêu chuẩn khác được xã hội chấp nhận

lesion (thương tổn): Một số hình thức tổn thương ở một vùng não hay cơ thể. Thương tổn có thể là do tai nạn hay phẫu thuật.

leucotomy (cắt thùy trước trán): Việc cắt các sợi dẫn từ thùy trán trong não đến phần não còn lại.

levels of processing theory (lý thuyết cấp độ xử lý): Quan niệm cho rằng điều gì xác định liệu có nhớ thông tin hay không và trong bao lâu, thông tin được xử lý ở mức độ nào – chẳng hạn suy nghĩ về và liên kết với thông tin khác.

lexical representation of a language (trình bày từ vựng trong ngôn ngữ): Hình ảnh thế giới được chứa đựng ẩn ý trong từ của ngôn ngữ ấy.

LH Xem **lateral hypothalamus**.

libido (dục tình): Năng lượng tình dục và khẳng định sức sống mà ban đầu Freud xem đó là yếu tố tiếp sinh lực cho mọi hành vi ở con người. Trong nghiên cứu sau này, ông bổ sung quan niệm năng lực phá hoại: trạng thái chết giả.

limerence (sự mê đắm): Thuật ngữ ám chỉ sự mê đắm mãnh liệt, để phân biệt với tình yêu dài hạn.

limited capacity model (mô hình khả năng hạn chế): Tiếp cận tìm hiểu chú ý chọn lọc trên cơ sở quan điểm cho rằng não mỗi lần chỉ thích ứng với một lượng thông tin tương đối nhỏ

linguistic determinism (thuyết quyết định ngôn ngữ): Quan niệm cho rằng suy nghĩ hoàn toàn do ngôn ngữ định hình.

linguistic relativity hypothesis (giả thuyết tính tương đối ngôn ngữ): Quan niệm cho rằng tư duy lệ thuộc vào ngôn ngữ, vì thế con người nói các ngôn ngữ khác nhau cũng sống trong các thế giới nhận thức khác nhau.

Lloyd Morgan's canon (Tiêu chuẩn của Lloyd Morgan): Nguyên tắc cho rằng hành vi động vật luôn được giải thích bằng cách sử dụng mức giải thích có thể thấp nhất.

lobotomy (mở thùy): Phẫu thuật cắt bỏ thùy trán trong não.

localisation of function (định vị chức năng): Cách một số chức năng tâm lý chẳng hạn như ngôn ngữ có vẻ do những vùng rất cụ thể trên vỏ não nghĩ ra.

locus of control (quỹ tích kiểm soát): Nhận thức được sự kiểm soát sự việc đang diễn ra bắt nguồn từ đâu. Quỹ tích kiểm soát bên trong có nghĩa là cá nhân nhìn thấy chính mình tạo ra sự kiểm soát – do đó nói chung họ kiểm soát sự việc đang diễn ra đối với mình hay ít nhất trong vị trí tác động đến sự kiểm soát. Quỹ tích kiểm soát bên ngoài có nghĩa là sự kiểm soát được nhận thức bắt nguồn từ các nguồn bên ngoài cá nhân, vì thế không phải là đối tượng cá nhân có thể tác động được.

logogen (đơn vị nhận biết từ): "Đơn vị nhận biết từ" theo giả thuyết sử dụng trong các mô hình nhận thức về cách bộ não xử lý thông tin bằng lời.

longitudinal study (nghiên cứu theo chiều dọc): Nghiên cứu giám sát thay đổi xảy ra trong một khoảng thời gian.

LTM (trí nhớ dài hạn) viết tắt của **long-term memory**.

lucid dreaming (giấc mơ tỉnh táo): Giấc mơ trong đó cá nhân nhận thức rằng mình đang ngủ và đang mơ.

macro-PK (tâm lý động học vĩ mô): Tâm lý động học trong đó ảnh hưởng cận tâm lý học đối với đích được mắt thường nhìn thấy.

Magnetic Resonancy Imaging (hình ảnh cộng hưởng từ): Chụp phân lớp não hoạt động bằng cách đưa một loạt sóng điện từ qua não, tạo ra hoạt động thần kinh, sau đó ghi lại chúng.

mania (vui buồn thất thường): Hình thức loạn tâm thần trong đó bệnh nhân trải qua tâm trạng phấn chấn và mức sinh khí cao, thường đưa ra những đề nghị và kế hoạch hoang tưởng.

manic-depressive psychosis xem **bipolar depression**.

manifest content (nội dung hiện): Thuật ngữ của Freud để gọi những gì thực sự diễn ra trong giấc mơ trái với nội dung ẩn.

matching (sự phù hợp): Đảm bảo rằng hai tập hợp tài liệu hay chủ thể thí nghiệm đều giống nhau trong mọi khía cạnh quan trọng.

matching hypothesis (giả thuyết phù hợp): Quan điểm cho rằng thành viên trong các cặp vợ chồng phù hợp với nhau ở mức độ hấp dẫn hình thể.

maternal deprivation (sự tước đoạt mẹ): Nhóm từ dùng để mô tả một trạng thái bị tách khỏi mẹ vào những năm đầu đời.

maturation (sự trưởng thành): Quá trình phát triển về mặt sinh học, vì thế trải qua những thay đổi liên quan đến độ tuổi do di truyền quyết định.

mean (số trung bình): Cách đánh giá khuynh hướng chính được tính toán bằng cách bổ sung vào tất cả các điểm số vào một tập hợp và chia chúng cho số điểm trong tập hợp ấy. Còn gọi là số trung bình số học.

means-end analysis (phân tích phương tiện - mục đích): Giải quyết vấn đề bằng cách nhận dạng chiến lược có thể đưa người giải quyết đến gần mục tiêu sau cùng hơn.

median (giá trị trung bình): Cách đánh giá khuynh hướng chính được tính toán bằng cách xếp hạng tất cả điểm số thành một tập hợp có thứ tự, từ thấp nhất đến cao nhất và chọn số ở giữa.

medical model (mô hình y tế): Tiếp cận tìm hiểu hành vi bất thường do thành viên của giới y học tán thành, chẳng hạn như bác sĩ tâm thần.

medulla (tủy): Bộ phận của não nằm ngay phía trên tủy sống liên quan đến chức năng tự chủ của cơ thể.

mental imagery (hình ảnh suy nghĩ) Xem **imagery**.

mental representation (trình bày suy nghĩ): Mô hình lý thuyết về cách lưu giữ thông tin trong bộ não.

mental set (tập hợp suy nghĩ): Trạng thái sẵn sàng tập quen, suy nghĩ, hay nhận thức theo cách nào đó.

mesmerism (thuật thôi miên): Thuật ngữ gọi sự thôi miên trước đây.

message variables (biến số thông tin): Yếu tố ảnh hưởng đến sự thay đổi thái độ trong quảng cáo, trực tiếp liên quan đến thông tin đang cung cấp cho mọi người, không chỉ dưới dạng nội dung mà còn trong hình thức quảng cáo.

meta-analysis (phân tích đối chứng): Phương pháp nghiên cứu phân tích kết quả của nhiều nghiên cứu khảo sát cùng một vấn đề.

metamemory (trí nhớ đối chứng): Nhận thức trí nhớ hoạt động ra sao.

metaphorical frame (khung ẩn dụ): Tập hợp ý kiến được gợi ra bằng cách sử dụng một phép ẩn dụ cụ thể, sau đó ấn định bối cảnh thảo luận chi tiết.

method of loci (phương pháp cứ điểm): Chiến lược thuật nhớ bao gồm sắp xếp các hạng mục được nhớ bằng cách hình dung chúng ở những nơi cụ thể.

micro-electrode recording (ghi lại bằng vi điện cực): Phương pháp nghiên cứu não bằng cách cắm điện cực hiển vi vào những nơi cụ thể rồi ghi lại hoạt động của tế bào thần kinh riêng biệt.

micro-PK (tâm lý động học vi mô): Tâm lý động học trong đó kết quả của ảnh hưởng psi quá nhỏ đến mức mắt thường không thể nhìn thấy, thường cần đến sự nhận dạng của thiết bị điện tử.

minimal group paradigm (mô thức nhóm tối thiểu): Tiếp cận nghiên cứu nhận dạng xã hội bao gồm việc tạo ra các nhóm giả tạo trong phòng thí nghiệm tâm lý học xã hội đối với những điểm cơ bản trong đặc điểm tối thiểu hay không đúng thực (như tung đồng xu), sau đó nghiên cứu tác động của người trong nhóm/ người ngoài nhóm

mnemonics (thuật nhớ): Chiến lược giúp con người nhớ thông tin, thường sử dụng gợi ý chẳng hạn như nhịp điệu hay hình ảnh.

mob psychology (tâm lý học đám đông): Quan điểm cho rằng đám đông rất có khả năng hành xử theo cách không thể dự đoán và phi lý, thậm chí bạo động do con người trong đám đông mang trạng thái bất đồng và vô lương tâm. Sự phát biểu có hệ thống về tâm lý học đám đông trong thời gian gần đây đã đóng vai trò chính trị đáng kể trong hơn 100 năm, cũng như cách đánh lạc hướng chú ý khỏi khả năng cho rằng con người trong các vụ bạo loạn thực sự gặp đau buồn cần phải giải quyết.

mode (cách thức): Cách đánh giá khuynh hướng chính được tính toán bằng cách chọn điểm số trong một tập hợp nào xảy ra thường nhất.

modelling (làm mẫu): Đưa ra minh họa mà trẻ có thể mô phỏng để tập quen nhiều cách hành vi.

molar actions (hoạt động phân tử gam): Cử động ở toàn thân, như đứng, đi.

molecular actions (hoạt động phân tử): Cử động chỉ ở một phần cơ thể chẳng hạn như nhún vai.

monocular depth cue (gợi ý chiều sâu một mắt): Dấu chỉ báo một vật nào đó đang ở cách bao xa có thể được phát hiện chỉ bằng một mắt cũng rõ như hai mắt.

monotropy (tính đơn hướng): Lý thuyết do Bowlby đề xuất cho rằng trẻ chỉ hình thành sự gắn bó rất mạnh với mẹ, khác với sự gắn bó của trẻ với người khác.

monozygotic twins (trẻ sinh đôi cùng trứng, đơn hợp tử): Trẻ song sinh phát triển do tách rời một trứng duy nhất, vì thế giống nhau về di truyền.

moral therapy (đạo đức liệu pháp): Một trong những hình thức điều trị bệnh nhân tâm thần thành công có sớm nhất do Pinel phát triển sau Cách mạng Pháp, trên cơ sở đối xử tôn trọng bệnh nhân.

morpheme (hình vị): Đơn vị nhỏ nhất có nghĩa trong ngôn ngữ.

motion parallax (thị sai chuyển động): Cách thị trường thay đổi cùng với sự di chuyển, vật thể đang ở cách xa có vẻ thay đổi vị trí ở mức độ khác hơn vật thể ở gần khi người quan sát đang chuyển động.

motivated forgetting (sự quên có động cơ thúc đẩy): Sự quên biểu thị sự mong muốn quên vô tình, chẳng hạn quên một sự kiện khó chịu hay một bổ nhiệm không đáng hoan nghênh.

motivation (động cơ thúc đẩy): Định hướng hay tiếp thêm nghị lực cho hành động của con người hay động vật tăng tính hoạt động hơn là không hoạt động.

motor aphasia (mất ngôn ngữ vận động): Rối loạn ngôn ngữ xảy ra vì bệnh nhân không thể cử động môi lưỡi theo cách cần thiết

motor cortex (vỏ vận động): Vùng não nghĩ ra cử động của các bộ phận khác nhau trên cơ thể.

motor end plate (lá cuối thần kinh vận động): Bộ phận của sợi cơ tiếp nhận thông tin từ các nơron vận động báo cho cơ biết khi nào cần co thắt.

motor neurone (nơron vận động): Tế bào thần kinh mang sự hướng dẫn từ não hay tủy sống đến sợi cơ để tạo ra cử động.

MRI Xem **magnetic resonancy imaging.**

multiple personality (đa nhân cách): Rối loạn nhân cách trong đó con người có vẻ có nhiều "cái tôi" khác nhau, mỗi cái tôi có trí nhớ và khả năng của riêng mình. Do chấn thương nghiêm trọng thời thơ ấu mang lại.

mutation (sự đột biến): Sự thay đổi tự phát thường dùng để ám chỉ những thay đổi về gien tạo ra đặc điểm có thể di truyền mới

myelin sheath (bao myelin): Lớp vỏ bằng mỡ bao quanh nơron nhận cảm và vận động giúp xung thần kinh di chuyển nhanh hơn.

nAch Xem **need for achievement.**

nativism (thuyết bẩm sinh): Một tiếp cận cho rằng hiểu biết hay khả năng mang tính bẩm sinh không cần phải học tập.

natural categories (phân loại tự nhiên): Khái niệm có vẻ xảy ra tự động thông qua ảnh hưởng di truyền, như một bộ phận cơ bản trong sự thích nghi của động vật hay con người với thế giới.

natural experiments (thí nghiệm tự nhiên): Sự kiện trong đó biến số thay đổi do các tình huống tự nhiên, chính trị, xã hội hay kinh tế, đến mức sau đó nghiên cứu kết quả của những thay đổi này.

natural selection (chọn lọc tự nhiên): Quá trình qua đó thành viên của một chủng loài có những đặc điểm tồn tại thích nghi sẽ sống còn và sinh sản trong khi những thành viên không có sẽ không sinh sản và biến mất.

nature-nurture debates (tranh luận tự nhiên – nuôi dưỡng): Tranh luận lý thuyết khá vô nghĩa phổ biến trong thập niên 1950 về một khả năng tâm lý mang tính di truyền hay được tập quen qua kinh nghiệm.

need for achievement (nhu cầu thành tựu): Động cơ thúc đẩy bên trong hướng đến thành công trong đời sống hay đạt được mục tiêu cụ thể.

need for affiliation (nhu cầu hội nhập): Động cơ thúc đẩy bên trong phải thuộc về một nhóm hay gia đình hay ít nhất được các nhóm hay gia đình khác chấp nhận.

need for positive regard (nhu cầu tôn trọng tích cực): Động cơ thúc đẩy bên trong được người khác yêu thương, tán thành hay tôn trọng.

need for self-actualisation (nhu cầu tự thể hiện tiềm năng): Động cơ thúc đẩy bên trong phát triển tài năng và khả năng của cá nhân đến mức hoàn hảo.

negative after-images (dư ảnh tiêu cực): Kinh nghiệm thị giác "nhìn" hình thức đối lập màu sắc hay hành động sau khi phơi bày trước một màu sắc hay chuyển động kích thích riêng lẻ trong thời gian dài

negative-psi (psi tiêu cực): Quan niệm cho rằng một số người tham gia nghiên cứu có thể sử dụng ảnh hưởng tâm linh theo chiều hướng ngược lại với những gì đang được nghiên cứu. Quan niệm được đề xuất nhằm giải thích chứng cứ nghiên cứu thậm chí không thành công như khả năng mong đợi hợp lý. Còn gọi là ảnh hưởng thiếu psi

negative reinforcement (củng cố tiêu cực): Khuyến khích một loại hành vi nào đó bằng cách từ bỏ hay lảng tránh một kích thích khó chịu.

neo-Freudian (theo thuyết Freud mới): Lý thuyết gia phân tâm học sau khi Freud, những người chấp nhận quan điểm cơ bản của ông nhưng phát triển thêm chi tiết

nested territories (vùng làm tổ): Những vùng nhỏ nằm trong vùng lớn hơn.

neural plasticity (thường biến thần kinh): Khả năng của các tế bào thần kinh và mô não tái phát triển hay có được chức năng thay thế đối với thương tổn.

neurotransmitter (chất truyền thần kinh): Hóa chất được một tế bào thần kinh phóng thích và được tế bào thần kinh lân cận tiếp nhận làm cho tế bào thần kinh lân cận có khả năng phóng điện nhiều hay ít hơn.

nocturnal (hoạt động ban đêm): Hoạt động và tỉnh táo ban đêm, ngủ hay nghỉ ngơi ban ngày.

nodes of Ranvier (nút Ranvier): Khe hở trong bao myelin của nơron vận động hay nhận cảm, cho phép sự chuyển ion qua màng tế bào, do đó tạo ra điện thế hình thành xung thần kinh.

nomothetic (khác biệt nhân cách): Thuật ngữ dùng để mô tả cách đo nghiệm tâm thần mục đích đánh giá một người nào đó có điển hình hay bình thường hay không, bằng cách so sánh điểm số của họ với những gì được cho là bình thường ở thành viên trong dân số ấy.

non-directive (không định hướng): Hành động theo cách cho phép sự tương tác với người khác tiếp tục nhưng không biểu thị người khác nên hành động hay ám chỉ như thế nào, hoàn toàn hay dứt khoát, ở những điều họ nên phát biểu.

non-invasive techniques (kỹ thuật không xâm nhập): Phương pháp nghiên cứu não hay cơ thể từ bên ngoài của chẳng hạn như việc sử dụng chụp phân lớp não hay cơ thể.

non-verbal communication (gợi ý không bằng lời): Động tác hay dấu hiệu truyền đạt thông tin cho người khác, cố ý hay vô tình, nhưng không liên quan đến việc sử dung từ ngữ.

non-verbal cues (gợi ý không bằng lời): Động tác hay dấu hiệu truyền đạt thông tin cho người khác, cố ý hay vô tình, nhưng không liên quan đến việc sử dụng từ ngữ.

Noradrenaline: Chất truyền thần kinh hoạt động trong não, nhất là được biết có liên quan đến các trạng thái đánh thức.

noradrenergic receptor (thụ quan noradrenergic): Vị trí thụ quan nằm trên tế bào thần kinh đặc biệt phản ứng với noradrenaline.

normal distribution curve (đường cong phân phối bình thường): Một mẫu điểm số, phân phối trên đồ thị, xuất hiện trên đồ thị ấy dưới dạng đường cong hình chuông, còn gọi là phân phối Gaussian, có những thuộc tính toán học có nghĩa là tính được xác suất, hay khả năng có thể của một số điểm đã cho, đơn thuần bằng cách biết giá trị trung bình và sự lệch tiêu chuẩn.

normative (qui phạm): Tượng trưng cho tiêu chuẩn, mang tính điển hình.

nurturant-receptive relationships (mối quan hệ nuôi dưỡng-tiếp nhận): Mối quan hệ trong đó một đối tác đặc biệt cho và chăm sóc trong khi đối tác khác nhận hay tiếp nhận sự chăm sóc.

OBE: Cảm giác ngoài cơ thể: cảm giác ở một số người có thể rời khỏi cơ thể hữu hình của mình hoặc trong lúc ngủ hay lúc thức và để cho ý thức của họ đi sang những địa điểm cụ thể khác.

object concept (khái niệm đồ vật): Khái niệm cho rằng đồ vật tiếp tục tồn tại thậm chí khi bạn không chú ý đến chúng.

observational study (nghiên cứu quan sát): Nghiên cứu bao gồm việc theo dõi đơn thuần những gì đang diễn ra hơn là can thiệp và tạo ra thay đổi.

Occam's razor (dao cạo Occam): Nguyên tắc phát biểu rằng khi đối mặt với hai giải thích có thể tương đương nhau, tùy chọn khoa học là phải chọn giải thích ít phức tạp nhất.

occupational psychologists (các nhà tâm lý học nghề nghiệp): Các nhà tâm lý học giải quyết con người trong công việc. Một số nhà tâm lý học nghề nghiệp liên quan đến sự tuyển dụng hay chọn lọc: làm cho con người thích hợp với công việc. Các nhà tâm lý học khác quan tâm đến sự tương tác của con người trong công việc: nên tổ chức cơ sở và phòng ban như thế nào.

ocular dominance columns (cột mắt vượt trội): Cột tế bào mắt trong vỏ thị giác trong đó tế bào ở mỗi cấp phản ứng với cùng kích thích do cùng mắt tiếp nhận.

Oedipal conflict (xung đột Oepidal): Trong lý thuyết của Freud, quan niệm cho rằng trẻ nam muốn chiếm đoạt người mẹ của mình về mặt tình dục, vì thế trẻ nhận thức mình là đối thủ trực tiếp của người bố to lớn hơn, mạnh mẽ hơn.

olfactory epithelium (biểu mô khứu giác): Lớp tế bào trong mũi phản ứng với kích thích hóa học trực tiếp, do đó hình thành thụ quan khứu giác.

one-trial learning (tập quen một lần thử): Hình thức tập quen nhanh, chỉ cần tập quen một sự kiện chẳng hạn như tránh thức ăn đã làm mình ốm.

one-way mirror (gương một chiều): Gương đặc biệt dùng để quan sát giúp người quan sát quan sát người khác nhưng không bị phát hiện.

ontological insecurity (tính không an toàn bản thể học): Hình thức không an toàn phải tiến hành với sự phát triển riêng và ý thức nhận dạng của một người.

open-field test (trắc nghiệm hiện trường mở): Trắc nghiệm nhận dạng các mức độ lo âu hay gắn bó, trong đó động vật hay con người được đặt trong một không gian rộng mở, để người khác quan sát phản ứng của họ.

operant conditioning (biến đổi ngoại cảnh thực nghiệm): Quá trình tập quen do B. F. Skinner nhận dạng, trong đó tập quen xảy ra do kết quả củng cố tích cực hay tiêu cực một hành động của động vật hay con người.

optic array (mạng thị giác): Toàn bộ mẫu thông tin hình ảnh xuất hiện trên võng mạc mắt.

optic chiasma (thể chéo thị giác): Bộ phận trong não nơi thần kinh thị giác từ mỗi mắt gặp nhau, một nửa số sợi của chúng chéo qua.

oral stage (giai đoạn miệng): Trong lý thuyết của Freud, giai đoạn thời thơ ấu, trong đó trẻ có được niềm vui duy nhất qua đường miệng.

order effect (tác dụng thứ tự): Một kết quả thí nghiệm phát sinh do thứ tự hay chuỗi trong đó trình bày hai công việc.

otoliths (sỏi tai): Những mẩu calcium carbonate nhỏ nổi trong dịch chất trong ống hình khuyên của tai trong, có liên quan đến cảm giác thăng bằng.

pandemonium model (mô hình huyên náo): Lý thuyết nhận thức mẫu "từ dưới lên" trong đó các đơn vị phản ứng với những đặc điểm đặc biệt được sắp xếp theo hệ thống thứ bậc.

paradigm (mô thức): Khuôn khổ quan điểm, lý thuyết và giả định được cộng đồng học thuật hay nhóm người mặc nhiên chấp nhận.

paradoxical sleep (giấc ngủ nghịch lý): Giấc ngủ trong điện não đồ biểu thị giấc ngủ nhẹ nhưng cá nhân khó thức dậy, và thường mơ. Còn gọi là giấc ngủ REM.

paralanguage (liệt ngôn ngữ): Gợi ý không bằng lời trong cách con người phát biểu vấn đề chẳng hạn như âm sắc lời nói, những chỗ tạm dừng hay tiếng 'um' và 'er'.

parallel distributed processing (xử lý phân phối song song) (PDP): Hình thức mô phỏng máy tính trong đó nhiều tuyến logic khác nhau hoạt động cùng lúc với sự nối kết lẫn nhau giữa chúng.

parametric test (trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần): Trắc nghiệm thống kê dùng để giả định rằng dữ liệu nếu thu thập ở mẫu đủ lớn sẽ tạo ra sự phân phối bình thường.

paramnesia (loạn trí nhớ): Trạng thái lâm sàng trong đó trí nhớ bị rối loạn chứ không phải là mất trí.

parapsychology (cận tâm lý học): Nghiên cứu khoa học về các phương tiện giao tiếp hay truyền đạt thông tin bất thường. Các nhà cận tâm lý học tiến hành nghiên cứu nhận thức ngoài cảm giác, cảm giác vận động từ xa và DMILS.

participant observation (quan sát tham gia): Phương pháp nghiên cứu trong đó người nghiên cứu tham gia quá trình xã hội đang được quan sát và những người khác tham gia không biết rằng cuộc nghiên cứu đang diễn ra.

particularistic meanings (ý nghĩa cụ thể): Ý nghĩa của lời tuyên bố hay lời thốt ra chỉ áp dụng vào bối cảnh cụ thể của riêng chúng.

pattern recognition (nhận biết mẫu): Cấu trúc nhận thức thông tin thị giác thành hình ảnh và bố cục có ý nghĩa.

PDP Xem **parallel distributed processing**.

peer group (nhóm đồng tuổi): Một nhóm người được cho là ngang bằng hay giống với người liên quan.

perceived fallibility (tính phạm sai lầm nhận thức): Yếu tố trong sự hấp dẫn bắt nguồn từ quan sát cho rằng những người, nhất là những người thành tựu cao thường được ưa thích hơn nếu người khác thấy họ phạm sai lầm từ thời điểm này sang thời điểm khác.

perceptual constancy (sự bất biến nhận thức): Quá trình nhận thức một vật thể hay cảnh quan mang tính bất biến, không đổi bất kể sự khác biệt trong thông tin ánh sáng vật lý đến mắt.

perceptual defence (bảo vệ nhận thức): Quá trình qua đó vật thể hay sự kiện mang tính đe dọa hay không được hoan nghênh trong tiềm thức, ít được nhận thức hơn kích thích vô hại.

perceptual set (bối cảnh nhận thức): Tình trạng sẵn sàng nhận thức một số loại kích thích này hơn là loại kích thích khác.

performance decrement (giảm dần hoạt động): Sự giảm sút độ chính xác qua thời gian khi một cá nhân thực hiện công việc đòi hỏi phải duy trì sự chú ý.

peripheral nervous system (hệ thần kinh ngoại vi): Bộ phận thuộc hệ thần kinh liên kết phần cơ thể còn lại với não và tủy sống

peripheral route proccessing (xử lý tuyến ngoại vi): Tiếp cận gián tiếp để thay đổi thái độ, trong đó sự chú ý không chỉ tập trung trực tiếp vào thông tin đang được truyền đi, nhưng là ở một nơi khác.

person schema (sơ đồ cá nhân): Tập hợp các trí nhớ, hiểu biết và dự định mà một người có được về một cá nhân cụ thể.

personal constructs (xây dựng cá nhân): Cách riêng để hiểu thế giới, được phát triển dựa trên kinh nghiệm. Các lý thuyết gia xây dựng nhân cách cho rằng muốn hiểu việc xây dựng cá nhân mà một người nào đó sử dụng để tìm hiểu kinh nghiệm của mình là yếu tố cần thiết để tâm lý liệu pháp có hiệu quả cũng như tương tác hiệu quả trong sinh hoạt thường nhật.

personal space (khoảng cách riêng tư): Khoảng cách vật lý mà con người thích duy trì giữa mình và người khác. Khoảng cách này thay đổi theo mối quan hệ, và thái độ với người khác, và theo tiêu chuẩn, bối cảnh.

personalism (thuyết nhân cách): Khuynh hướng cho rằng con người rất có khả năng đưa ra quy kết khuynh hướng về nguyên nhân vấn đề nếu vấn đề ấy tác động đến cá nhân họ. Hành động không ảnh hưởng đến cá nhân họ rất có thể được đánh giá là do tình huống gây ra.

PET scans (chụp cắt lớp PET): Xem **positron emission tomography**.

phallic stage (giai đoạn dương vật): Trong lý thuyết của Freud, một giai đoạn trong đó vui thú đối với trẻ nhỏ được cho là tập trung ở cơ quan sinh dục, và sự chú ý tình dục của trẻ hướng về bố, mẹ, khác phái với trẻ.

phantom limbs (chi ma): Tên đặt cho hiện tượng cảm giác ở người bị cắt chi, vẫn còn cảm giác chi bị cắt vẫn còn và đang hoạt động cho dù đã bị phẫu thuật cắt bỏ.

phenomenological (hiện tượng học): Liên quan đến thế giới quan của một người và hiện tượng mà họ trải qua hơn là thực thể khách quan.

phenotype (kiểu hình): Đặc điểm cụ thể mà một cá thể phát triển như chứng cứ của sự tương tác giữa cấu trúc gien và môi trường trong đó chúng phát triển.

pheromones (pheromone): Hóa chất tỏa vào không khí, khi động vật khác tiếp nhận, tạo ảnh hưởng trực tiếp đến hệ nội tiết tố và đôi khi đến hành vi.

phi phenomenon (hiện tượng phi): Hiện tượng nhận thức trong đó kích thích rời rạc trình bày trong chuỗi diễn tiến nhanh được nhận thức là liên kết với nhau.

phoneme (âm vị): Đơn vị âm thanh cơ bản trong ngôn ngữ nói.

phonology (hệ thống âm vị): Qquy tắt trong một ngôn ngữ liên quan đến sự liên kết giữa từ và ngữ, và âm thanh được những người nói ngôn ngữ ấy sử dụng.

photo-receptor cells (tế bào thụ quang): Tế bào đặc biệt trong võng mạc (tế bào que và tế bào nón) phản ứng với ánh sáng bằng cách thay đổi cấu trúc hóa học của chúng, do đó tạo ra xung điện.

phrenology (não tướng học): Một suy nghĩ trong thế kỷ 19 cho rằng tính cách và những phẩm chất khác được tiết lộ bằng những điểm bất thường có hệ thống trên hộp sọ.

phylogenetic scale (thang phát sinh chủng loài): Lập thứ tự chủng loài theo hệ thống thứ bậc, thường được sắp xếp theo cách chẳng hạn như con người ở vị trí cao nhất, còn những chủng loài đối với khác được "xếp hạng" tùy theo mức độ sự giống nhau với con người.

phylogenetic tree (cây phát sinh chủng loài): Mô tả bằng biểu đồ sự liên quan giữa các chủng loài theo nghĩa nguồn gốc tiến hóa của chúng.

phylogeny (sự phát sinh chủng loài): Chuỗi tiến hóa qua đó một chủng loài cụ thể phải trải qua.

physiological determinism (thuyết quyết định sinh lý): Tiếp cận phát biểu rằng con người và hành vi khác diễn ra như một kết quả dễ hiểu của các hệ thống sinh lý.

physiological drives (động cơ sinh lý): Động cơ liên quan đến việc thỏa mãn nhu cầu sinh lý như đói, v.v..

physiological reductionism (giản hóa luận sinh lý): Tiếp cận tìm hiểu hành vi con người chỉ xét đến cơ chế sinh lý (như tế bào thần kinh hay nội tiết tố) là quan trọng.

pilomotor response (phản ứng cơ dựng tóc): Một phần trong phản ứng đấu tranh hay bỏ chạy bao gồm lông (tóc) dựng đứng, có thể làm cho động vật trông to lớn hơn và đáng sợ hơn

pineal gland (tuyến yên): Tuyến nội tiết tố trong não được cho rằng đặc biệt liên quan đến các nhịp sinh học.

PK: viết tắt của từ **psychokinesis**.

pleasure centre (trung tâm thú vị): Bộ phận của hệ limbic khi được kích thích bằng điện có vẻ tạo ra cảm giác cực kỳ thú vị. **pleasure principle (nguyên tắc vui thú)** theo thuật ngữ của Freud, cách mà xung động bản năng hoạt động bằng nhu cầu sự cấp phát thường xuyên các xung lực, bất kể quy ước xã hội.

pluralistic ignorance (sự không biết đa nguyên): Các mà một nhóm người thường định nghĩa một tình huống trong cách giống như tất cả họ có vẻ không biết rằng một số tình huống khẩn cấp hay sự kiện khác đòi hỏi sự chú ý, đang diễn ra.

polygraph (máy ghi tim): Máy thường dùng để đo căng thẳng hay lo âu – đôi lúc gọi là "máy phát hiện nói dối" – công việc tiến hành bằng cách đánh giá nhiều ('poly') dấu chỉ báo khác nhau trên cơ thể ở người đang bị căng thẳng chẳng hạn như huyết áp, nhịp tim đập, nhịp xung và GSR.

pons (cầu não): Bộ phận não nằm phía trên tủy được cho rằng có liên quan đến giấc ngủ và giấc mơ.

population norms (tiêu chuẩn dân số): Một tập hợp các điểm số đối với một dân số cụ thể (chẳng hạn nữ tuổi 18 –24) hình thành một dải điểm số thông thường đối với dân số ấy theo trắc nghiệm hay đánh giá đo nghiệm tâm thần cụ thể. bảng tiêu chuẩn dân số dùng để đánh giá liệu kết quả trắc nghiệm cá nhân có điển hình cho nhóm dân số của họ hay không.

positive regard (tôn trọng tích cực): Mến, thích, yêu hay tôn trọng người khác.

positive reinforcement (củng cố tích cực): Trong biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, củng cố hành vi tập quen bằng phần thưởng trực tiếp khi hành vi xảy ra.

positron emission tomography (chụp cắt lớp phát xạ positron): Chụp não phân lớp bằng cách theo dõi các nơron hoạt động tiếp nhận máu. Phân phối máu được nhận dạng bằng việc đưa các phân tử glucose phóng xạ vào mạch máu.

post- hypnotic amnesia (chứng quên sau khi thôi miên): Khi một cá nhân ra khỏi trạng thái bị thôi miên nhưng vẫn quên thông tin vì họ được lệnh làm thế trong khi bị thôi miên.

post-traumatic amnesia (mất trí nhớ hậu chấn thương): Quên điều gì đang diễn ra do kết quả trực tiếp của chấn thương não hay tai nạn.

postural echo (hiệu ứng tư thế): Cách mà con người trong báo cáo hay chuyện trò sôi nổi thường vô tình bắt chước dáng điệu hay tư thế của người khác.

practice effect (tác dụng thực hành): Kết quả thí nghiệm diễn ra do chủ thể thực hành trong công việc đang được nghiên cứu.

pre-moral stage (giai đoạn tiền đạo đức): Giai đoạn đầu tiên trong 3 giai đoạn phát triển đạo đức của Kohlberg

pre-operational stage (giai đoạn tiền hành động): Giai đoạn thứ hai trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget, mang đặc điểm khả năng mỗi lần chỉ tập trung vào một thuộc tính của một đồ vật, và không có khả năng "lệch tâm".

precocial animals (động vật có thể sống độc lập sau khi sinh): Động vật có thể di chuyển ngay sau khi sinh nở.

precognition (nhận thức trước): Hiểu biết sự kiện sẽ xảy ra trong tương lai, có vẻ biết được nhưng không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

predictive validity (tính giá trị dự đoán): Phương pháp đánh giá liệu một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có giá trị hay không (chẳng hạn có thực sự đánh giá theo dự định) bằng cách xét nó tương quan với một số cách đánh giá khác, được đánh giá sau này, sau khi tiến hành trắc nghiệm.

prejudice (thành kiến): Thái độ cố định, được ấn định sẵn, thường tiêu cực và thù địch, thường áp dụng cho số thành viên của một xã hội cụ thể.

prevarication (lời nói quanh co): Nói dối. Cho rằng điều gì đó là thật trong khi thực tế thì không.

primacy effect (tác dụng gần đây): Cách mà những sự việc đầu tiên bạn đương đầu tạo nhiều ấn tượng hơn sự việc sau này, chẳng hạn, chúng ta rất có thể nhớ các hạng mục đầu tiên trong bảng liệt kê nhiều hơn hay ấn tượng ban đầu mà ai đó tạo cho chúng ta.

primary drive (động cơ sơ cấp): Động cơ liên quan đến việc thỏa mãn nhu cầu cơ bản ở người như đói, khát hay có thể hội nhập. **primary reinforcement (củng cố sơ cấp)** tác nhân củng cố thỏa mãn nhu cầu hay xu thế cơ bản trong cơ thể sống, như đói hay khát.

primer pheromones (pheromone mồi): Pheromone kích hoạt một hình thức hành vi cụ thể chẳng hạn như hành vi giao phối.

proactive amnesia (chứng mất trí nhớ nghịch hành): Rối loạn trí nhớ trong đó cá nhân không thể lưu trữ thông tin mới.

proactive interference (can thiệp tác động thuận): Vấn đề trong lưu trữ trí nhớ trong đó thông tin học được cản trở khả năng học thông tin mới.

probabilistic concepts (khái niệm xác suất): Khái niệm trong đó mỗi khoản chắc chắn có thuộc tính quan trọng nhưng không nhất thiết (chẳng hạn chim có thể bay).

problem distance (khoảng cách vấn đề): Thuật ngữ sử dụng trong phân tích phương tiện - vấn đề để mô tả sự khác nhau giữa tình huống trực tiếp và mục tiêu mong muốn hay trạng thái cuối

programmed learning (tập quen lập trình): Kỹ thuật áp dụng biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm vào quá trình giáo dục ở trường học.

projective tests (xét nghiệm xạ ảnh): Xét nghiệm tâm thần bao gồm việc cung cấp cho con người kích thích tham vọng, tìm hiểu ý nghĩa. Quan niệm cho rằng điều này minh họa sự quan tâm đến suy nghĩ tiềm thức

proprioceptors (cơ quan tự cảm): Tế bào thần kinh tiếp nhận thông tin từ cơ bắp và xương.

prosocial (hòa đồng xã hội): Vvị tha, hay giúp người, thân mật hay hành động theo cách có lợi cho người khác.

prospective memory (trí nhớ về sau): Trí nhớ sự việc sắp tới chẳng hạn như nhớ một cuộc hẹn.

protocol analysis (phân tích giao thức): Phương pháp nghiên cứu bao gồm việc phân tích các bước hay giao thức liên quan khi giải quyết vấn đề. Chẳng hạn phương pháp cũng bao gồm việc ghi lại những gì con người phát biểu khi họ đang làm như tiến hành một quá trình sáng tạo.

prototypes (nguyên mẫu): Minh họa điển hình của một khái niệm bao gồm mọi đặc điểm thích hợp.

pseudomutuality (tính qua lại giả): Một quá trình phát hiện trong một số gia đình bị rối loạn trong đó thành viên gia đình khăng khăng cho rằng không có mâu thuẫn tồn tại, duy trì xúc cảm giả vờ che giấu thái độ thù địch và gây hấn cơ bản nghiêm trọng.

pseudopsi hypothesis (giả thuyết ngụy psi): Quan niệm cho rằng mọi chứng cứ đối với ảnh hưởng cận tâm lý học phát xuất từ sự giả mạo hay hiểu sai.

Psi: Một thuật ngữ chung do các nhà cận tâm lý học sử dụng để mô tả sự giao tiếp diễn ra không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

psi-conducive experimenters (người thí nghiệm dẫn đến psi): Người thí nghiệm tạo ra mức độ thành công cao ở những người tham gia nghiên cứu, không gian lận nhưng cùng với số người tham gia nghiên cứu ấy không thể lặp lại sự thành công của mình với những người thí nghiệm khác.

psi-conducive procedures (quá trình dẫn đến psi): Cách tiến hành thí nghiệm tạo điều kiện thuận lợi cho việc chứng minh khả năng tâm linh ở những người tham gia nghiên cứu.

psi hypothesis (giả thuyết psi): Quan niệm cho rằng con người có khả năng sử dụng những phương tiện truyền đạt mới, rõ ràng là không thể trong một số tình huống.

psi-inhibitory experimenters (người thí nghiệm ức chế psi): Người thí nghiệm có vẻ ức chế sự chứng minh khả năng tâm linh ở những người tham gia nghiên cứu.

psi-missing effect: Xem **negative psi**.

psi-permissive experimenters (người thí nghiệm khuyến khích psi): Người thí nghiêm có vẻ tạo điều kiện thuận lợi chứng minh khả năng tâm linh ở những người tham gia nghiên cứu.

psychoanalysis (phân tâm học): Hình thức tâm lý liệu pháp mục đích phân tích suy nghĩ tiềm thức để nhận dạng ý nghĩa và động cơ thúc đẩy tiềm ẩn.

psychokinesis (tâm lý động học): Khả năng tâm linh trong đó cá nhân sử dụng ảnh hưởng đối với đích, qua rào chắn thông thường ngăn cản ảnh hưởng như thế.

psycholinguistics (ngôn ngữ học tâm lý): Nghiên cứu ngôn ngữ và cấu trúc ngôn ngữ nhất là theo nghĩa tương tác với tư duy.

psychology (tâm lý học): Nghiên cứu khoa học kinh nghiệm và hành vi. Tâm lý học tập hợp nhiều nghiên cứu có hệ thống về kinh nghiệm và hành vi sử dụng một dải rộng các phương pháp, và tập trung vào nhiều góc độ cũng như mức kinh nghiệm khác nhau.

psychometric tests (đo nghiệm tâm thần): Công cụ được phát triển để đánh giá đặc điểm tâm thần. Đo nghiệm tâm thần được phát triển để đánh giá một dải rộng vấn đề, bao gồm tính sáng tạo, thái độ và kỹ năng trong công việc, tổn thương não và dĩ nhiên "trí năng".

psychosocial stages (các giai đoạn tâm lý xã hội): Thuật ngữ để gọi 8 giai đoạn trong đời sống của Erikson.

psychosomatic disorders (rối loạn tâm thể): Rối loạn cơ thể có nguồn gốc từ sự căng thẳng tâm lý hay các nguồn tâm lý khác.

psychoticism (tính loạn tâm thần): Một hình thức bệnh tâm thần trong đó cá nhân không còn tiếp xúc với thực tại.

pulsed sounds (âm thanh nhịp điệu): Âm thanh diễn ra như những nhịp đều đặn ở cùng tần số.

punctuated equilibrium (sự cân bằng nhấn mạnh): Tiếp cận tìm hiểu sự tiến hóa cho rằng sự thay đổi tiến hóa diễn ra trong các đợt bùng phát nhanh, tiếp đến là những giai đoạn tương đối ổn định, để phản ứng với những thay đổi môi trường.

pupil dilation (sự giãn nở con ngươi): Cách con ngươi trong mắt nở to trong một số tình huống, chẳng hạn khi trời tối hay khi cá nhân chăm chú nhìn vào một người hay vật nào đó mà họ thích thú.

qualitative analysis (phân tích chất lượng): Cách phân tích dữ liệu liên quan đến mô tả ý nghĩa hơn là rút ra suy luận thống kê từ sự đếm tần số.

qualitative difference (khác biệt chất lượng): Sự khác nhau về loại, không phải về số.

quantitative analysis (phân tích số lượng): Cách phân tích dữ liệu tập trung vào con số và tần số hơn là ý nghĩa hay kinh nghiệm.

random number generator studies (nghiên cứu máy tạo số ngẫu nhiên): Nghiên cứu cận tâm lý học trong tâm lý động học vi mô, trong đó người tham gia nghiên cứu cố gắng tác động một loạt số ngẫu nhiên do máy tính tạo ra.

RAS: Xem **reticular activating system**.

rational authority (uy quyền hợp lý): Uy quyền một người có được vì được người khác suy nghĩ một cách logic rằng họ là người tốt nhất đảm trách, do họ có kiến thức thích hợp hay các năng lực cụ thể khác.

Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT - Điều trị hành vi xúc cảm duy lý): Hình thức tâm lý liệu pháp phối hợp lập luận duy lý với các kỹ thuật liệu pháp hành vi.

raw primal sketch (phác họa nguyên thủy thô): Giai đoạn đầu trong xử lý thông tin hình ảnh theo lý thuyết máy tính của Marr.

re-learning savings (tiết kiệm tái tập quen): Thuật ngữ để gọi cách cần ít thời gian hơn khi tập quen thông tin trước đây đã tập quen và sau đó quên.

reaction formation (hình thành phản ứng): Một cơ chế phòng thủ trong đó một xung lực bị kiềm chế biến thành xung lực đối lập, chẳng hạn tình dục đồng giới bị kiềm chế biến thành thái độ căm ghét người đồng giới.

reactive depression (trầm cảm phản ứng): Trầm cảm diễn ra để phản ứng trước những sự kiện có thể nhận dạng cụ thể.

reality principle (nguyên tắc thực tế): Tên do Freud đặt cho cách mà cái tôi nỗ lực cân bằng giữa xung động bản năng và siêu ngã vớ nhu cầu thực tế.

REBT: Xem **Rational Emotive Behaviour Therapy**.

recall (nhớ lại): Nhớ thông tin bằng cách phục hồi từ trí nhớ.

recency effects (tác dụng gần đây): Cách mà hạng mục thông tin gần đây nhất trong bảng liệt kê được nhớ rõ ràng hơn hạng mục đầu tiên.

receptor site (vị trí thụ quan): Vị trí nằm trên đọt nhánh của nơron hay sợi cơ đặc biệt nhạy cảm với các chất truyền thần kinh cụ thể, vì thế tiếp nhận tín hiệu từ các nơron khác.

reciprocity (tính tương hỗ): Quan niệm cho rằng một số mối quan hệ hoạt động vì mỗi thành viên trong một đôi cung cấp cho thành viên kia những đặc tính tương tự.

recognition (sự nhận biết): Hình thức nhớ trong đó con người nhận dạng thông tin đã học trước đây khi nó được trình bày, mặc dù không thể nhớ tự phát.

reconstruction (tái cấu trúc): Hình thức nhớ trong đó cá nhân có thể đặt một tập hợp trí nhớ đã được tập quen trước đây trong cùng thứ tự như lúc tập quen ban đầu cho dù không còn trí nhớ ý thức.

redintegration (khôi phục trọn vẹn): Tái cấu trúc trí nhớ từ những gợi ý thích hợp cho đến khi ghi chép trọn vẹn.

reductionism (giản hóa luận): Tiếp cận tìm hiểu hành vi tập trung vào một mức độ giải thích đơn giản, bỏ qua các mức độ khác. Đối lập là thuyết tương tác.

reference group (nhóm tham khảo): Nhóm người mà cá nhân tham khảo – chẳng hạn như bằng cách lập mô hình hành vi của riêng mình trên cơ sở hành vi được thành viên trong nhóm thể hiện.

reference power (khả năng tham khảo): Khả năng dựa trên thực tế cá nhân hỗ trợ, ủng hộ người khác, những tác nhân mạnh hơn.

reflex (phản xạ): Phản ứng xảy ra tự động không do bộ não nghĩ ra.

reflex arc (cung phản xạ): Tập hợp tối thiểu các nơron tham gia một hành động phản xạ: nơron nhận cảm, nơron đệm và nơron vận động.

regression (sự hồi qui): Cơ chế phòng thủ trở lại hành vi thích nghi được tập quen trong giai đoạn phát triển ban đầu.

rehearsal (sự diễn tập): Thực tập, chẳng hạn như lặp đi lặp lại thông tin liên tục để nhớ.

reification (đồ vật hóa): Quá trình xử lý một trạng từ như thể nó là danh từ – nghĩa là xem "hành động thông minh" như thể là sự biểu hiện một số loại thực thể gọi là "thông minh".

reinforcement (sự củng cố): Việc củng cố sự tập quen trong một số cách. Thuật ngữ thường dùng cho sự liên tưởng tập quen, đạt được qua biến đổi ngoại cảnh cổ điển hay thực nghiệm, nhưng cũng có thể áp dụng cho các hình thức tập quen khác.

reinforcement contingencies (khả năng củng cố ngẫu nhiên): Điều kiện để tạo ra củng cố tích cực hay tiêu cực.

relationship-oriented leaders (lãnh đạo định hướng mối quan hệ): Lãnh đạo xác định chính của mình là làm cho cả nhóm phải hòa hợp nhau và giao tiếp hiệu quả, với suy nghĩ cho rằng nếu điều này diễn ra thích hợp thì sẽ hoàn thành công việc cần thiết. Lãnh đạo này trái với lãnh đạo định hướng công việc

releaser pheromones (pheromone phóng thích): Pheromone kích hoạt một số hình thức hành vi ở động vật.

reliability problem (vấn đề tính đáng tin): Vấn đề trong cả cận tâm lý học lẫn tâm lý liệu pháp, trong đó giai đoạn nghiên cứu ban đầu có kết quả rất chắc chắn nhưng những kết quả chắc chắn này giảm dần ở các nghiên cứu hay điều trị lặp lại cho đến sau cùng kết quả chỉ là sự may rủi.

REM sleep (giấc ngủ REM): Giấc ngủ bao gồm cử động nhanh của mắt và thường mơ.

remote viewing studies (nghiên cứu nhìn từ xa): Nghiên cứu cận tâm lý học trong đó người tham gia nghiên cứu mô tả cảnh quan hay đồ vật cụ thể đặt ở cách xa mình và không thể nhận biết bằng các phương tiện quy ước.

repertory grid technique (kỹ thuật vốn tiết mục): Hệ thống suy luận những hình thành cá nhân và thể hiện cách cá nhân thể hiện chúng trong việc giải thích kinh nghiệm của mình.

replication (sự tái tạo): Sự lặp đi lặp lại một nghiên cứu bởi các nhà nghiên cứu khác để đảm bảo rằng chứng cứ đáng tin, không phải là một tạo tác tình huống thí nghiệm cụ thể.

reproductive fitness (sự thích hợp sinh sản): Hình thức thích nghi tiến hóa làm cho một cá thể nhất định có nhiều khả năng giao phối và sinh sản hơn.

resource holding power (RHP) khả năng nắm giữ tài nguyên): Khả năng động vật đảm nhận bất cứ thứ gì theo yếu cầu để giữ được tài nguyên tiến hóa cần thiết chẳng hạn như vùng hay cách tiếp cận bạn tình.

response bias (xu hướng phản ứng): Xu hướng trả lời câu hỏi hay hành động theo cách được xã hội chấp nhận.

restricted language codes (mật mã ngôn ngữ hạn chế): Cách sử dụng ngôn ngữ mang đặc điểm vốn từ hạn chế, cấu trúc ngữ pháp đơn giản, ỷ lại vào gợi ý cận ngôn ngữ và ý nghĩa mặc nhiên chung.

reticular activating system (hệ thống kích hoạt dạng lưới): Một phần của não dàn xếp giấc ngủ, sự thức và tỉnh táo.

retinal image (hình ảnh võng mạc): Mẫu ánh sáng lọt vào võng mạc mắt như hình ảnh của thế giới bên ngoài.

retroactive interference (can thiệp tác động ngược): Mất trí nhớ diễn ra khi thông tin mới thay thế thông tin đã học trước đây.

retrocognition (nhận thức hồi tưởng): Một đối trọng của nhận thức trước, trong đó cá nhân có vẻ hiểu biết về sự kiện đã xảy ra trong quá khứ mặc dù không tiếp cận với thông tin ấy thông qua các kênh nhận cảm thông thường.

retrograde amnesia (mất trí nhớ nghịch hành): Hình thức rối loạn trí nhớ trong đó con người không thể nhớ sự kiện hay thông tin được lưu trữ trước khi bị rối loạn.

retrospective study (nghiên cứu hồi tưởng): Nghiên cứu bao gồm việc thu thập dữ liệu về các sự kiện xảy ra trong quá khứ.

reward power (khả năng tưởng thưởng): Khả năng trên cơ sở vấn đề cho rằng cá nhân đang ở vị thế phân phối phần thưởng hay lợi ích tích cực cho người khác.

RHP Xem **resource holding power**.

risky-shift phenomenon (hiện tượng thay đổi rủi ro): Hình thức phân cực nhóm bao gồm nhận xét rằng một số người khi hành động trong tư cách thành viên một nhóm hay ủy ban thường ra quyết định rủi ro hơn khi họ hành động như những cá thể.

ritualised aggression (sự gây hấn nghi thức hóa): Hành vi có vẻ đe dọa thành viên khác cùng chủng loài, nhưng diễn ra trong mẫu ấn định và sẽ chấm dứt nếu động vật khác thể hiện phản ứng thích hợp.

RNA (ARN) (Ribonucleic acid): Một hóa chất cần thiết trong sự thể hiện thông tin di truyền sinh lý học.

RNGS: Xem **random number generator studies**.

rod cells (tế bào que): Tế bào trong võng mạc phản ứng với những thay đổi nhỏ trong cường độ ánh sáng, nhưng không phản ứng với màu sắc.

role (vai trò): Một bộ phận xã hội mà cá nhân đảm nhận.

role-schema (sơ đồ vai trò): Toàn bộ tập hợp trí nhớ, hành động và dự định đi kèm với một vai trò xã hội cụ thể: hiểu biết vai trò ấy.

S-R learning: Xem **stimulus-response learning**.

saccades (di chuyển mắt đột ngột): Cử động vô tình trong chốc lát của nhãn cầu.

sample (mẫu): Nhóm chủ thể sử dụng trong nghiên cứu: chọn lọc người, động vật, thực vật hay đồ vật lấy từ một quân số với mục đích nghiên cứu quân số ấy.

Sapir-Whorf hypothesis: Xem **linguistic relativity hypothesis**.

satiation (sự thỏa mãn): Cảm giác ăn no chế ngự được cơn đói.

scapegoating (giơ đầu chịu báng): Quá trình đổ lỗi các tình huống kinh tế khó khăn hay các nguồn thất vọng khác vào một số nhóm xã hội không được ưa thích nhưng "hạ cấp", vì thế làm tăng thành kiến và thù địch giữa các nhóm.

scattergram (đồ thị phân tán): Đồ thị dùng để minh họa sự tương quan.

sceptics (người hoài nghi): Người hay nghi ngờ về một lý thuyết hay quan điểm, trước khi chấp nhận, họ cần có chứng cứ thuyết phục.

schema (sơ đồ): Một khuôn khổ hay cấu trúc tâm thần xoay quanh trí nhớ, quan điểm, khái niệm và chương trình hành động luôn tồn tại ở một chủ đề cụ thể.

shismatic (ly giáo): Có khả năng là nguyên nhân gây ra sự ly giáo, hay rạn nứt giữa hai bên.

schizophrenia (bệnh tâm thần phân liệt): Một rối loạn tâm thần trong đó cá nhân bị tách biệt với thực tại.

schizophrenogenic families (gia đình bệnh tâm thần phân liệt): Gia đình có vẻ khuyến khích sự phát triển bệnh tâm thần phân liệt ở một số thành viên thông qua sự tương tác xáo trộn chẳng hạn như tính qua lại giả.

script (chữ viết): Mẫu quen thuộc của hoạt động xã hội và tương tác xã hội được thành lập lâu đời và được chấp nhận trong xã hội, được con người mặc nhiên và tự động tuân thủ trong các tình huống liên quan.

search for coherence (tìm kiếm cố kết): Cách mà thành viên trong nhóm tìm kiếm để biện minh hay duy lý hóa suy nghĩ của mình về những quy kết tích cực đối với người trong nhóm và quy kết tiêu cực đối với người ngoài nhóm.

seasonal territory (vùng theo mùa): Hình thức phổ biến nhất của tính vùng, trong đó động vật duy trì và bảo vệ một vùng chỉ trong một mùa cụ thể, như lúc nuôi con hay giao phối.

secondary drives (động cơ thứ cấp): Động cơ không liên quan đến nhu cầu sinh học, chỉ liên quan đến sở thích mắc phải hay tập quen.

secondary reinforcement (củng cố thứ cấp): Một điều gì đó củng cố hành vi tập quen vì trước đây đã liên kết với tác nhân củng cố sơ cấp.

selective attention (chú ý chọn lọc): Hiện tượng qua đó con người chọn lọc thông tin nào họ cần chú ý và thông tin nào bỏ qua.

self-actualisation (sự tự thể hiện tiềm năng) việc làm cho khả năng và tài năng của một người trở thành hiện thực: sử dụng chúng đến hết tiềm năng.

self-concept (khái niệm cái tôi): Quan niệm hay hình ảnh nội tâm cho rằng con người có những gì mà chính họ phải có, kể cả các khía cạnh đánh giá và mô tả.

self-efficacy beliefs (suy nghĩ cái tôi hiệu quả): Suy nghĩ cho rằng con người có khả năng làm việc gì đó thật hiệu quả. Suy nghĩ cái tôi hiệu quả liên kết mật thiết với thái độ tự trọng, ở chỗ có ý thức về khả năng và có tiềm năng kiểm soát xu hướng làm tăng thái độ tự tin. Nhưng khái niệm thường được cho rằng hữu dụng hơn khái niệm thái độ tự trọng khái quát hóa vì con người thường tự tin về một số khả năng, hay một số lĩnh vực trong đời sống nhưng không tự tin trong các khả năng hay các lĩnh vực khác.

self-esteem (lòng tự trọng) khía cạnh đánh giá nhận thức về bản thân, liên quan đến việc cá nhân cảm thấy bản thân đáng giá và/hoặc tự tin đến mức nào.

self-fulfilling prophecy (dự đoán tự thực hiện): Ý kiến cho rằng mong đợi về một người hay nhóm hoàn toàn là đúng vì chúng đã được phát biểu.

self-image (hình ảnh cái tôi): Bức tranh mô tả hay thực tế mà con người mô tả về mình không có thành phần đánh giá tiềm ẩn trong khái niệm tự trọng.

self-perception theory (thuyết tự nhận thức): Quan điểm cho rằng chúng ta phát triển ấn tượng nhân cách của riêng mình bằng cách suy luận mình giống với cách hành động của riêng mình như thế nào.

self-schema (sơ đồ cái tôi): Toàn bộ tập hợp các trí nhớ, mô tả, dự định mà cá nhân có được về bản thân.

self-serving bias (thành kiến phục vụ cái tôi): Quan điểm cho rằng chúng ta đánh giá hành vi của riêng mình thiên vị hơn khi đánh giá hành vi của người khác, phần lớn là vì sai sót quy kết cơ bản.

semantic differential (khác biệt ngữ nghĩa): Hình thức đánh giá thái độ bao gồm yêu cầu người khác đánh giá một khái niệm bằng cách cân nhắc khái niệm ấy theo một số khía cạnh bằng lời khác nhau.

semantic memory (trí nhớ ngữ nghĩa): Hiểu biết thế giới chung đặc biệt không lệ thuộc vào kinh nghiệm cá nhân.

semantics (ngữ nghĩa học): Quy tắc xác định sự phân bổ ý nghĩa đối với câu.

semicircular canals (ống hình khuyên): Cấu trúc ở tai trong liên quan đến cảm giác thăng bằng.

sender (người gửi): Cá nhân trong nghiên cứu cận tâm lý học cố gắng "truyền" thông tin đến người nhận, chỉ sử dụng sức mạnh tinh thần hay tư tưởng.

senile dementia (chứng mất trí ở người già): Hình thức bệnh tâm thần đặc biệt ảnh hưởng đến người cao tuổi, họ rất nhầm lẫn không biết mình đang ở đâu, chuyện gì đang xảy ra, có vẻ phi lý. Đôi khi còn gọi là hội chứng Alzheimer.

sensitive period (giai đoạn nhạy cảm): Thời điểm khi động vật sẵn sàng về mặt di truyền để phản ứng với một kích thích môi trường cụ thể.

sensorimotor stage (giai đoạn vận động nhận cảm): Giai đoạn thứ nhất trong 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget, mang đặc điểm sự tiếp nhận thông tin nhận cảm và sự phát triển sơ đồ đầu tiên thông qua việc tìm hiểu sự di chuyển trong môi trường.

sensory deprivation (sự tước đoạt nhận cảm): Việc cắt bỏ mọi thông tin nhận cảm đến hay ít nhất cắt bỏ càng nhiều càng tốt.

sensory leakage (rò rỉ nhận cảm): Khi một khuyết điểm trong nghiên cứu cận tâm lý học giúp người tham gia nghiên cứu có được thông tin liên quan thông qua các kênh nhận cảm thông thường.

sensory mode (cách thức nhận cảm): Tuyến đường qua đó thông tin đến não, chẳng hạn qua thị giác, thính giác và khứu giác, v.v...

sensory neurone (nơron nhận cảm): Tế bào thần kinh tiếp nhận thông tin từ thụ quan nhận cảm và chuyển thông tin đến tế bào thần kinh trong hệ thần kinh trung ương.

sensory projection areas (vùng chiếu nhận cảm): Các vùng trên vỏ não tiếp nhận thông tin từ các giác quan cụ thể.

serial reproduction (tái tạo theo chuỗi): Phương pháp nghiên cứu sự chính xác của trí nhớ bằng cách yêu cầu con người tái tạo những gì họ nhớ về một câu chuyện trong nhiều lần liên tiếp.

Serotonin: Một chất truyền thần kinh đặc biệt tìm thấy trong não.

set weight (trọng lượng thích hợp): Hiện tượng được phát hiện qua các nghiên cứu sinh lý về tính béo phì cho thấy cơ thể dường như có một trọng lượng lý tưởng có sẵn bên trong, và hành vi ăn uống hay ăn chay sẽ duy trì trọng lượng ấy.

sheep-goat hypothesis (giả thuyết cừu-dê): Sự phân biệt giữa những người tin psi và những người không tin, tương quan với chứng cứ người tin có nhiều khả năng báo cáo cảm giác psi trước đây cũng như thu thập kết quả tích cực trong nghiên cứu cận tâm lý học.

sign stimulus (dấu hiệu kích thích): Dấu hiệu khởi sự cơ chế phóng thích bẩm sinh đối với hành vi kế thừa.

signal detection tasks (công việc dò tìm tín hiệu): Quá trình sử dụng trong nghiên cứu duy trì sự chú ý trong đó đòi hỏi con người phải lưu ý hay phát hiện một tín hiệu nhỏ bất cứ khi nào.

simple cells (tế bào đơn): Tế bào trong đồi thị phản ứng với các đơn vị thông tin hình ảnh đơn giản chẳng hạn như dấu chấm hay đường kẻ nằm ở một nơi cụ thể trên hình ảnh võng mạc.

situational attribution (quy kết tình huống): Lý do giải thích hành động hay hành vi ngụ ý xảy ra do tình huống hay hoàn cảnh của cá nhân trong thời điểm ấy.

sleeper effect (tác động tiềm ẩn): Tác động hay kết quả từ một trường hợp hay một sự kiện cụ thể không biểu hiện ngay lập tức nhưng phải mất một số thời gian mới tự biểu hiện.

social cognition (nhận thức xã hội): Cách chúng ta suy nghĩ và giải thích thông tin xã hội và kinh nghiệm xã hội. Trong tâm lý học phát triển, thuật ngữ ám chỉ lý thuyết phát triển nhận thức cho rằng tương tác xã hội là yếu tố quan trọng nhất trong việc phát triển nhận thức ở trẻ.

social comparison (so sánh xã hội): Quá trình so sánh nhóm xã hội của một người với nhóm khác theo nghĩa địa vị và uy tín xã hội tương đối. So sánh xã hội rất quan trọng ở chỗ con người có khuynh hướng tự cách biệt mình với tư cách thành viên của một nhóm không phản ánh tích cực lòng tự trọng của họ.

social determinism (thuyết quyết định xã hội): Suy nghĩ cho rằng hành vi và kinh nghiệm của con người do các yếu tố xã hội, văn hóa tạo ra.

social exchange theory (thuyết trao đổi xã hội): Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội xem tương tác xã hội là cuộc "trao đổi", trong đó cá nhân hành động theo cách nào đó để đổi lấy một số phần thưởng hay sự tán thành của xã hội.

social facilitation (sự tạo điều kiện xã hội): Nhận xét rằng sự có mặt của người khác ảnh hưởng đến việc họ thực hiện một nhiệm vụ tốt đến mức nào, thường cải thiện hoạt động của họ.

social identification theory (thuyết đồng nhất xã hội): Lý thuyết nhấn mạnh tư cách thành viên của các nhóm xã hội hình thành một bộ phận có ý nghĩa khái niệm về cái tôi, và có thể xác định phản ứng đối với người khác và sự kiện khác, chẳng hạn như con người chủ yếu phản ứng trong tư cách thành viên nhóm chứ không phải trong tư cách cá nhân.

social impact theory (thuyết tác động xã hội): Một tiếp cận giản hóa luận để tìm hiểu hiện tượng xã hội theo nghĩa yếu tố tích lũy, chẳng hạn như số người có mặt, tính trực tiếp hay sự có mặt của họ, ý nghĩa quan trọng của những người ấy đối với cá nhân liên quan.

social learning (tập quen xã hội): Tiếp cận tìm hiểu hành vi xã hội nhấn mạnh cách con người mô phỏng hành động và lập mô hình cho hành vi của mình dựa trên hành động của người khác.

social learning theory (lý thuyết tập quen xã hội): Tiếp cận phát triển ở trẻ phát biểu rằng trẻ phát triển thông qua sự tập quen, học hỏi từ những người khác xung quanh.

social loafing (sự lười nhác xã hội): Khuynh hướng nhận thấy trong một số tình huống đối với cá nhân dành ít nỗ lực cho công việc của nhóm hơn là họ dành cho công việc tương tự nếu thực hiện một mình.

social norms (tiêu chuẩn xã hội): Tiêu chuẩn hành vi được chấp nhận về mặt xã hội hay văn hóa, đã được chấp nhận khi mô tả con người "phải" hành động ra sao và điều gì là "bình thường" (nghĩa là thích hợp) đối với một tình huống nhất định.

social phase (giai đoạn xã hội): Giai đoạn trong sự gãy đổ mối quan hệ vào thời điểm cặp vợ chồng công khai thừa nhận rằng mối quan hệ của mình đã kết thúc hay đang kết thúc

social representation theory (thuyết mô tả xã hội): Lý thuyết nghiên cứu suy nghĩ chung phát triển và được chuyển vào các nhóm xã hội và xã hội nói chung ra sao. Suy nghĩ chung như thế phục vụ một chức năng quan trọng trong việc giải thích thực tại và trong việc biện minh hành động xã hội.

sociobiology (sinh học xã hội): Tiếp cận giản hóa luận trong giải thích hành vi động vật đôi lúc áp dụng cho người, cho rằng mọi hành vi được định hướng bằng các đơn vị sống còn gọi là "gien" (không giống như khái niệm sinh học) và cá thể cùng chủng loài hoàn toàn là những cơ chế qua đó những "gien" này có thể kéo dài dai dẳng.

sociolinguistics (ngôn ngữ xã hội học): Nghiên cứu ngôn ngữ khi ngôn ngữ liên quan với hiện tượng xã hội và văn hóa.

sociometry (phép đo quan hệ xã hội): Tiếp cận tìm hiểu thái độ và sự tập hợp thành nhóm trong xã hội bằng cách phác họa mối quan hệ trong một nhóm, và những ai có ảnh hưởng đối với nhóm.

somatic therapies (điều trị thân thể): Hình thức điều trị trên cơ sở khắp thân thể, chẳng hạn sử dụng thuốc để kiềm chế hành vi rối loạn hơn là cố gắng giải quyết rối loạn bằng tâm lý liệu pháp.

somatosensory cortex (vỏ nhận cảm cơ thể): Vùng vỏ não tiếp nhận thông tin từ các thụ quan nhận cảm ở da

somatotypes (kiểu thân): Loại hình dáng cơ thể có thời được xem là biểu thị nhân cách.

source variables (biến số nguồn): Biến số ảnh hưởng đến tính thuyết phục của một mẩu thông tin liên quan đến nguồn gốc hay nguồn gốc ngụ ý của thông tin ấy.

speech act (hành động lời nói): Lời thốt ra hay một tập hợp lời thốt ra phục vụ cho một mục đích xã hội duy nhất.

speech register (phạm vi lời nói): Hình thức ngôn ngữ được cho là thích hợp đối với một trường hợp xã hội cụ thể. Có những phạm vi lời nói khác nhau phù hợp với các loại trường hợp khác nhau, cũng như phù hợp với các mối quan hệ khác nhau giữa con người – chẳng hạn, bạn bè sử dụng phạm vi lời nói thân mật trong khi bệnh nhân hỏi bác sĩ bằng lời nói hình thức, trang trọng.

split-brain studies (nghiên cứu tách não): Nghiên cứu chức năng hoạt động của não ở người đã bị cắt bỏ thể chai để kiểm soát bệnh động kinh, vì thế tách biệt hai bán cầu não.

split-half method (phương pháp tách nửa): Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần có thể đáng tin ra sao, gồm việc tách trắc nghiệm thành hai phần, phân phối mỗi nửa trắc nghiệm cho cùng một người, sau đó so sánh kết quả.

split-span task (công việc tách – phân): Phương pháp đánh giá chú ý chọn lọc trong đó trình bày hai tập hợp kích thích cùng lúc, mỗi bên tai một tập hợp, cá nhân phải chia đều sự chú ý ở hai tập hợp.

spontaneous recovery (phục hồi tự phát): Sự tái xuất hiện đột ngột một phản ứng tập quen sau khi phản ứng này rõ ràng đã biến mất.

standard deviation (độ lệch tiêu chuẩn): Đánh giá bằng số liệu thống kê mô tả điểm số trong một phân phối bình thường được dàn trải qua hai phía của giá trị trung bình ra sao. Độ lệch này thể hiện số lượng tính đa dạng điển hình có thể nghĩ dành cho biến số ấy.

standardisation (tiêu chuẩn hóa): (a) Quá trình đảm bảo rằng điều kiện nghiên cứu tâm lý học hay trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần luôn giống hệt nhau. (b) Quá trình hình thành kết quả trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần luôn xuất hiện ở một dân số đã định bằng cách phác họa một tập hợp các tiêu chuẩn dân số. (c) Quá trình so sánh trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần với những cách đánh giá lâu dời hơn đối với cùng vấn đề.

state-dependent memory (trí nhớ tình trạng độc lập): Hình thức nhớ phụ thuộc vào bối cảnh sinh lý như ảnh hưởng của ma túy hay cảm xúc.

statistically significant (ý nghĩa quan trọng của số liệu thống kê): Thuật ngữ sử dụng để ám chỉ kết quả phân tích thống kê không hẳn xảy ra chỉ bằng cơ hội. Trong một luận văn nghiên cứu, thuật ngữ có thể đi kèm bằng con số (mức độ ý nghĩa) phát biểu khả năng không chắc ra sao).

stereotyping (suy nghĩ rập khuôn): Phân loại thành viên trong một nhóm xã hội như thể họ như nhau, và đối xử với cá nhân thuộc nhóm ấy như thể không có đặc điểm nào khác nổi bật.

stimulus (kích thích): Một sự kiện môi trường bên ngoài làm cho cơ thể sống phản ứng

stimulus generalisation (khái quát hóa kích thích): Hiện tượng qua đó một động vật tập quen phản ứng trước một kích thích cụ thể có khuynh hướng mở rộng phản ứng sang các kích thích tương tự.

stimulus-response learning (tập quen kích thích- phản ứng): Tên đặt cho tiếp cận tập quen theo thuyết hành vi, xem tập quen như một liên kết đơn giản giữa kích thích bên ngoài và phản ứng hành vi, phủ nhận xử lý nhận thức hay suy nghĩ bất kỳ.

STM: Viết tắt của chữ "**short-term memory**" – **(Trí nhớ ngắn hạn)** hay trí nhớ kéo dài chỉ trong vài giây.

Stroop effect (hiệu ứng Stroop): Hiện tượng mô tả tính chất tự động trong xử lý thông tin, trong đó nhận dạng màu sắc bị cản trở bằng tên gọi màu sắc trong chất kích thích.

sub-cortical structures (cấu trúc lớp dưới vỏ): Tất cả cấu trúc của não ngoại trừ não.

sub-vocal speech (lời nói vô thanh): Lời nói không nói to nhưng vẫn có cử động của cổ họng và thanh quản.

successive approximation (sự ước lượng thành công): Xem **behaviour shaping** (định dạng hành vi).

summation (sự tóm tắt): Nguyên tắc thần kinh học trong đó cường độ kích thích được báo hiệu bằng tổng số nơron phóng điện khi phản ứng với kích thích.

super-stimulus (siêu kích thích): Hình thức dấu hiệu kích thích đặc biệt mạnh, kích hoạt một phản ứng mạnh đặc biệt.

superego (cái siêu ngã): Theo Freud, một bộ phận trong suy nghĩ tiềm thức hoạt động như một người bố bên trong, nghiêm khắc, kết hợp suy nghĩ nhiệm vụ, trách nhiệm và lương tâm.

superposition (sự chồng): Gợi ý chiều sâu một mắt trong đó hình ảnh của vật thể có vẻ làm mờ hình ảnh khác được nhận thức đang ở gần hơn.

superstitious learning: Xem **autoshaping.**

surface dyslexia (loạn đọc bề mặt): Hình thức rối loạn đọc trong đó con người gặp khó khăn với các hình dạng từ và chữ, nhưng không gặp khó khăn về nghĩa.

surface structure (cấu trúc bề mặt): Đặc điểm bề ngoài của một ngôn ngữ: qui tắc ngữ pháp chính thức và sử dụng từ theo thói quen.

survey (khảo sát): Kỹ thuật thu thập ý kiến từ nhiều người, thường sử dụng bảng câu hỏi.

sustained attention (chú ý duy trì): Quá trình tập trung nhất quán đối với một tập hợp kích thích trong một khoảng thời gian kéo dài.

symbolic interactionism (thuyết tương tác biểu tượng): Tiếp cận tìm hiểu xã hội nghiên cứu cách nhận thức và phản ứng của con người với nhau như những biểu tượng-xã hội, chẳng hạn như vai trò chứ không phải là những cá nhân

symbolic representation (trình bày tượng trưng): Mã hóa thông tin trong bộ não bằng những ký hiệu đối lập với hình ảnh nhận cảm.

sympathetic division (phân chia giao cảm): Bộ phận của hệ thần kinh tự chủ tạo ra tình trạng đánh thức khi được kích hoạt.

synaesthesia (cảm giác kèm): Trạng thái trong đó đầu vào nhận cảm bị nhầm lẫn và bóp méo đến mức âm thanh cảm nhận thành xúc giác, v.v.

synapse (liên khớp thần kinh): Khớp giữa tế bào thần kinh được nối bằng hóa chất chất truyền thần kinh.

synaptic button (nút khớp): Xem **synaptic knob.**

synaptic cleft (khe liên khớp): Khe hở nhỏ giữa các nơron trong liên khớp thần kinh.

synaptic knob (u khớp): Cấu trúc ở đầu mỗi đọt nhánh nơron có các thất phóng thích chất truyền thần kinh vào khe liên khớp.

synaptic vesicle (thất liên khớp): Các túi hay bể chứa nhỏ tìm thấy trên u khớp chứa hóa chất chất truyền thần kinh trước khi chúng được phóng thích.

synchronicity (tính đồng thời): Trong phân tâm học của Jung, quan niệm cho rằng một số sự kiện tác động mang ý nghĩa nhiều hơn hàng ngày vì chúng đi vào ý nghĩa sâu sắc hơn trong tiềm thức chung.

syntax (cú pháp): Qui tắc kiểm soát sự kết hợp từ và trật tự từ nào là được chấp nhận trong một ngôn ngữ cụ thể.

TA: Xem **transactional analysis**.

tabula rasa (phiến đá trắng): Quan điểm cho rằng trẻ sinh ra không có cấu trúc suy nghĩ trước, chỉ là một "phiến đá trắng" chỉ được viết lên bằng kinh nghiệm.

task-oriented leaders (lãnh đạo định hướng công việc): Lãnh đạo tập trung dứt khoát vào công việc mà đội ngũ phải hoàn tất, ít thể hiện hay không quan tâm đến mối quan hệ giữa cá nhân với nhau, không giống lãnh đạo định hướng mối quan hệ.

teleological explanation (giải thích mục đích luận): Giải thích nhấn mạnh chức năng của một hiện tượng chẳng hạn như tại sao nó xảy ra hay phát triển.

telepathy (thần giao cách cảm): Sự truyền thông tin từ người này đến người khác không sử dụng các kênh nhận cảm thông thường.

temperament (tính tình): Thuật ngữ dùng để mô tả những khác nhau cơ bản giữa trẻ và người lớn, theo nghĩa khuynh hướng phản ứng khác nhau đối với kích thích, được cho là dấu hiệu báo trước nhân cách.

temperament (tính khí): Thuật ngữ dùng để mô tả những khác biệt cơ bản giữa trẻ em và người lớn, theo nghĩa khuynh hướng của họ phản ứng khác nhau đối với các kích thích, và được cho là dấu báo hiệu của nhân cách.

template theory (lý thuyết mẫu): Quan niệm cho rằng mẫu được nhận dạng bằng cách đối chiếu chúng với "dạng lý tưởng" hay mẫu được lưu trữ.

temporal contiguity (sự liên tưởng nhất thời): Phép đặt kề nhau trong không gian và thời gian – nói cách khác, cùng xảy ra hay theo một chuỗi nhanh.

territoriality (tính vùng): Tên đặt cho một tập hợp hành vi bao gồm việc hình thành và duy trì sự tiếp cận đến một khu vực cụ thể trong khi không cho đối thủ tiềm năng thuộc cùng chủng loài có hành động như thế.

test-retest method (phương pháp kiểm tra lại trắc nghiệm): Hệ thống đánh giá một trắc nghiệm hay cách đánh giá đo nghiệm tâm thần có đáng tin hay không bao gồm việc phân phối trắc nghiệm như nhau cho cùng đối tượng ở hai dịp khác nhau và so sánh kết quả.

thalamus (đồi thị): Cấu trúc dưới lớp vỏ trong não tiếp nhận thông tin nhận cảm và chuyển thông tin đến vỏ não.

thanatos (trạng thái chết giả): Năng lực tiêu cực, phá hoại do Freud đề xuất như một đối trọng với năng lực tình dục tích cực còn gọi là dục tình, được gợi ra để giải thích sự hủy diệt, tàn sát lẫn nhau trong Thế chiến I theo nghĩa phân tâm học.

threat displays (thể hiện đe dọa): Các mẫu hành vi kế thừa nhằm mục đích đe dọa số thành viên khác trong cùng chủng loài, đôi khi báo hiệu cho sự tấn công.

threshold of response (ngưỡng phản ứng): Điểm ở đó kích thích trở nên đủ mạnh để tạo ra một phản ứng chỉ bằng 50% thời gian.

token economy (kinh tế quy ước): Hệ thống bao gồm sử dụng tiền quy ước như tác nhân củng cố thứ cấp trong việc phục hồi bệnh nhân tâm thần dài hạn.

top-down theory (lý thuyết từ trên xuống): Lý thuyết giải thích một số khía cạnh nhận thức chủ yếu theo nghĩa bối cảnh và ý nghĩa thông tin chung hơn là theo nghĩa thuộc tính kích thích.

TOTE unit (đơn vị TOTE): Một chuỗi hành vi theo chu kỳ gồm các giai đoạn trắc nghiệm – hoạt động – trắc nghiệm – thoát, và đề xuất một đơn vị hành vi cơ bản thích hợp hơn liên kết kích thích – phản ứng giản dị thái quá.

traditional authority (uy quyền truyền thống): Uy quyền một người có được vì vị thế của họ trong một hệ thống thứ bậc liên quan, hay do địa vị xã hội của mình, bất kể năng lực cá nhân.

trait (đặc điểm): Khía cạnh cụ thể của nhân cách.

transaction (sự hoán đổi): Hình thức hoán đổi hay trao đổi hành vi giữa các cá nhân.

transactional analysis (phân tích hoán đổi): Phương pháp phân tích hành vi xã hội nghiên cứu các mẫu hoán đổi hành vi dưới dạng tình trạng bản ngã mà chúng để lộ.

transduction (sự truyền tình trạng): Quá trình chuyển đổi thông tin từ hình thức này sang hình thức khác theo nghĩa sinh lý học, như chuyển đổi sóng áp lực bao gồm âm thanh thành xung điện có thể chuyển đến não.

triarchic theory of intelligence (thuyết trí năng tam đầu): Lý thuyết trí năng do Sternberg (1985) phát triển, cho rằng trí năng cần được hiểu từ ba góc độ khác nhau: (a) bối cảnh phân hóa, xã hội trong đó một hành động thông minh xảy ra, (b) kinh nghiệm trước đây của một người định hình phản ứng của họ ra sao và (c) kỹ năng và khả năng suy nghĩ trong giải quyết vấn đề.

trigrams (âm tiết vô nghĩa): Âm tiết vô nghĩa gồm ba chữ không có nghĩa gồm một chuỗi phụ âm, nguyên âm và phụ âm (CVC).

two-point threshold (ngưỡng hai điểm): Phương pháp đánh giá sự nhạy cảm ở da bao gồm hai cú gâm bằng kim ở cách xa nhau bao xa được nhận dạng như những kích thích riêng biệt.

two-process theory of memory (lý thuyết trí nhớ hai quá trình): Quan niệm cho rằng trí nhớ ngắn hạn và dài hạn thực sự là hai hệ thống hoàn toàn khác nhau, đối lập với các cấp độ xử lý khác nhau.

Type A and B (nhân cách loại A và loại B): Hội chứng nhân cách trong đó A mang đặc điểm thiếu kiên nhẫn, không nhân nhượng và mức độ căng thẳng cao trong khi B có cách tiếp cận thoải mái, khoan dung và sự căng thẳng ở cá nhân thấp hơn rất nhiều.

ultrasound (siêu âm): Âm thanh có cường độ âm sắc quá cao đến mức tai người không thể nghe được.

unconditional positive regard (tôn trọng tích cực không điều kiện): Yêu mến hay tôn trọng không lệ thuộc vào việc con người hành động theo cách cụ thể.

unconditioned response (phản ứng không điều kiện): Phản ứng xảy ra tự động đối với một kích thích cụ thể, không cần phải tập quen.

unconditioned stimulus (kích thích không điều kiện): Kích thích mang tính tự động, hay tính phản xạ, tạo ra phản ứng.

unilateral ECT (ECT một bên): Liệu pháp sốc điện chỉ áp dụng cho một bên não.

universalistic meanings (ý nghĩa phổ thông): Ý nghĩa lời phát biểu hay lời thốt ra nói chung áp dụng vào bối cảnh rộng và trong nhiều tình huống trực tiếp.

validity (tính giá trị): Vấn đề liệu trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần hay đánh giá tâm lý học có thực sự đánh giá theo đúng dự định hay không.

vasoconstriction (sự co mạch): Sự co thắt mạch máu xảy ra như một phản ứng chống cái lạnh.

verbal deprivation hypothesis (giả thuyết tước đoạt lời nói): Quan niệm cho rằng trẻ không từng trải những hình thức ngôn ngữ mở rộng sẽ bị khiếm khuyết nhận thức.

vicarious learning (tập quen gián tiếp): Tập quen thông qua sự quan sát điều gì diễn ra ở người khác.

visual cortex (vỏ thị giác): Vùng vỏ não xử lý thông tin thị giác.

visual illusion (ảo giác): Hình ảnh thị giác đánh lừa hệ thống nhận thức đến mức được nhận thức thành một vật thể khác.

VMH: Từ viết tắt của nhóm từ ventro-medial hypothalamus – một vùng ở vùng đồi thị đặc biệt liên quan đến sự điều tiết cơn đói.

vocational guidance tests (trắc nghiệm hướng nghiệp): Trắc nghiệm đo nghiệm tâm thần mục đích giúp con người phát hiện mình phù hợp với loại hình công việc nào.

voice stress analyser (phân tích cường độ giọng nói): Phương pháp phân tích nhận dạng âm sắc hơi trầm của cá nhân khi bị căng thẳng bằng cách phân tích âm thanh lời nói sử dụng máy phổ ký.

vulnerability model (mô hình tính gây thương tổn): Quan niệm cho rằng một số người đặc biệt dễ bị mắc những rối loạn chẳng hạn như bệnh tâm thần phân liệt, nhưng sẽ không mắc bệnh nếu sống trong những điều kiện tương đối không bị căng thẳng.

waterfall effect (hiệu ứng thác nước): Dư ảnh tiêu cực trong đó kinh nghiệm thị giác không đổi về chuyển động theo một chiều tạo ra dư ảnh chuyển động theo chiều ngược lại.

Wernicke's area (diện Wernicke): Vùng vỏ não khi bị thương tổn sẽ tạo ra rối loạn trong việc lĩnh hội thông tin bằng lời.

within-group variance (thay đổi trong nhóm): Sự khác nhau ở cá nhân về hành vi, hình thể hay khả năng xảy ra ở thành viên của một nhóm xã hội nhất định, chẳng hạn như sự thay đổi tự nhiên về chiều cao ở các thành viên cùng nhóm người pygmy.

working memory (trí nhớ hoạt động): Trí nhớ trực tiếp được sử dụng trong một thời gian đã định để thực hiện một công việc cụ thể.

Yerkes-Dodson Law of arousal (luật đánh thức Yerkes-Dodson): Nguyên tắc cho rằng thực hiện một nhiệm vụ bất kỳ có thể được cải thiện nếu cá nhân được đánh thức nhưng nếu sự đánh thức gia tăng vượt quá điểm tối ưu thì hoạt động sẽ giảm sút.

Yerkish (tiếng Yerkes): Ngôn ngữ đặc biệt được nghĩ ra khi nghiên cứu hắc tinh tinh bao gồm ký hiệu và ngữ pháp hình thức.

Zeitgebers: Dấu hiệu bên ngoài của sự thay đổi thời gian hàng ngày chẳng hạn như bình minh và hoàng hôn ảnh hưởng đến nhịp hoạt động ban ngày ở con người.

Zener cards (phiếu Zener): Một tập hợp gồm 25 phiếu mang những ký hiệu đặc biệt, dễ nhớ, được sử dụng trong nghiên cứu cận tâm lý học ban đầu.

zone of proximal development (vùng phát triển gần tâm): Khái niệm của Vygotsky về mức độ trẻ có thể tập quen và phát triển kỹ năng, nếu được người khác hỗ trợ và dạy bảo, nhất là người lớn.

ZPD: Xem **zone of proximal development.**

Mục lục

Lời nói đầu 5

Chương 1: Quan điểm trong tâm lý học 7

- Đối tượng nghiên cứu 7
- Nguồn gốc triết học của tâm lý học 8
- Các trường phái tư tưởng trong tâm lý học 10
- Lĩnh vực tâm lý học 22
- Quan điểm tâm lý học 25
- Từ khóa 32
- Tóm tắt 33

PHẦN 1: TÂM LÝ HỌC NHẬN THỨC . . 35

Chương 2: Nhận thức và chú ý 36

- Đối tượng nghiên cứu 36
- Nhận thức vật thể và bối cảnh 37
- Nhận thức khoảng cách 43
- Nhận biết mẫu 49
- Bối cảnh nhận thức và suy luận nhận thức 52
- Nhận biết khuôn mặt 60
- Sự chú ý 63
- Từ khóa 76
- Tóm tắt 77

Chương 3: Trí nhớ 79

- Đối tượng nghiên cứu 79
- Lưu trữ trí nhớ 86
- Phục hồi 99
- Trí nhớ như một quá trình chủ động 107
- Nhớ trong đời sống hàng ngày . . . 111
- Từ khóa 116
- Tóm tắt 118

Chương 4: Ngôn ngữ và biết đọc biết viết 119

- Đối tượng nghiên cứu 119
- Chuyện trò 120
- Ngôn ngữ và nhận thức 124
- Sự thu được ngôn ngữ 140
- Đọc 147
- Từ khóa 157
- Tóm tắt 159

Chương 5: Suy nghĩ và trình bày 160

- Đối tượng nghiên cứu 160
- Suy nghĩ và giải quyết vấn đề . . . 161
- Mô hình suy nghĩ máy tính 168
- Lập luận và khả năng thành thạo 177
- Ra quyết định 181
- Sự trình bày 186
- Từ khóa 198
- Tóm tắt 200

PHẦN 2: TÍNH CHẤT CÁ NHÂN VÀ TÍNH BẤT THƯỜNG 202

Chương 6: Trí năng 203

- Đối tượng nghiên cứu 203
- Vấn đề chính trị trong thuyết trí năng 204
- Phát triển trắc nghiệm trí năng . . 205
- Vấn đề trắc nghiệm chỉ số IQ . . . 223
- Thuyết trí năng 230
- Từ khóa 236
- Tóm tắt 238

Chương 7: Thuyết nhân cách . 240

- Đối tượng nghiên cứu 240

Thuyết nhân cách ban đầu 242
Thuyết phân tâm học 244
Thuyết đặc điểm nhân cách 255
Thuyết hành vi và hành vi xã hội 262
Thuyết hiện tượng học và nhân văn 265
Thuyết nhân cách dải hẹp 269
Các loại thuyết nhân cách 273
Từ khóa 275
Tóm tắt 278

Chương 8: Mô hình y tế của hành vi bất thường 279
Mục tiêu nghiên cứu 279
Mô hình y tế rối loạn tâm thần . . . 283
Rối loạn cụ thể 295
Từ khóa 311
Tóm tắt 312

Chương 9: Những mô hình thay thế mô hình y tế 313
Đối tượng nghiên cứu 313
Phân tâm học 314
Điều trị hành vi 317
Điều trị nhân văn và hiện sinh . . . 319
Liệu pháp nhận thức 324
Những điều trị khác 329
Liệu pháp tại gia 333
Từ khóa 337
Tóm tắt 338

PHẦN 3: TÂM LÝ HỌC SINH LÝ 340

Chương 10: Phát triển não và tâm lý học thần kinh lâm sàng 341
Đối tượng nghiên cứu 341
Nghiên cứu não 344
Tâm lý học thần kinh lâm sàng . . 356
Từ khóa 377
Tóm tắt 379

Chương 11: Ý thức 380
Đối tượng nghiên cứu 380
Ý thức 381
Giấc ngủ và giấc mơ 395
Thôi miên 411
Từ khóa 419
Tóm tắt 420

Chương 12: Cảm giác và cận tâm lý học 422
Đối tượng nghiên cứu 422
Tiếp nhận thông tin qua giác quan 423
Cận tâm lý học 444
Từ khóa 470
Tóm tắt 472

Chương 13: Cảm xúc và động cơ thúc đẩy 474
Đối tượng nghiên cứu 474
Sự đánh thức và căng thẳng 475
Cảm xúc 488
Động cơ thúc đẩy 496
Từ khóa 509
Tóm tắt 510

PHẦN 4: TÂM LÝ HỌC XÃ HỘI 512

Chương 14: Cái tôi và người khác 513
Đối tượng nghiên cứu 513
Khái niệm về cái tôi 516
Sự hấp dẫn giữa cá nhân với nhau 524
Mối quan hệ 532
Yêu thương và cô độc 545
Từ khóa 550
Tóm tắt 551

Chương 15: Tìm hiểu người khác 553
- Đối tượng nghiên cứu. 553
- Giao tiếp không bằng lời 554
- Nhận thức cá nhân. 563
- Sơ đồ và chữ viết 566
- Sự quy kết 569
- Thuyết mô tả xã hội 578
- Các nhóm xã hội và đồng nhất xã hội 587
- Từ khóa 594
- Tóm tắt 595

Chương 16: Ảnh hưởng xã hội và hoạt động xã hội 597
- Đối tượng nghiên cứu. 597
- Khía cạnh ảnh hưởng xã hội 598
- Sự lãnh đạo 607
- Giúp đỡ người khác 612
- Sự tuân thủ và phục tùng 616
- Hành vi độc lập 629
- Từ khóa 637
- Tóm tắt 638

Chương 17: Thái độ, thành kiến và hành vi đám đông 640
- Đối tượng nghiên cứu. 640
- Thái độ 641
- Sự thuyết phục 651
- Thành kiến 658
- Sự gây hấn và hành vi đám đông 669
- Từ khóa 677
- Tóm tắt 677

PHẦN 5: TÂM LÝ HỌC PHÁT TRIỂN . . 679

Chương 18: Tập quen và phát triển kỹ năng 680
- Đối tượng nghiên cứu. 680
- Cơ chế phát triển 681
- Biến đổi do ngoại cảnh và tập quen 689
- Tập quen kỹ năng 706
- Tập quen kỹ năng ở trẻ em 714
- Từ khóa 720
- Tóm tắt 721

Chương 19: Phát triển nhận thức và nhận thức xã hội 723
- Đối tượng nghiên cứu. 723
- Nhận thức ở trẻ 724
- Phát triển nhận thức ở trẻ 733
- Phát triển nhận thức xã hội 741
- Phát triển đạo đức 753
- Từ khóa 762
- Tóm tắt 763

Chương 20: Phát triển xã hội . 764
- Đối tượng nghiên cứu. 764
- Sự gắn bó. 765
- Trò chơi 781
- Phái và giới tính 791
- Từ khóa 799
- Tóm tắt 799

Chương 21: Tâm lý học phát triển tuổi đời 801
- Đối tượng nghiên cứu. 801
- Thời thanh niên 803
- Tuổi trưởng thành. 813
- Tuổi già. 827
- Từ khóa 834
- Tóm tắt 834

PHẦN 6: TÂM LÝ HỌC SO SÁNH 836

Chương 22: Giới thiệu tâm lý học so sánh 837
- Đối tượng nghiên cứu. 837
- Khái niệm cơ bản trong tâm lý học so sánh 840

Cơ chế hành vi 848
Hòa đồng, gắn bó và làm bố mẹ . 864
Từ khóa 875
Tóm tắt 876

Chương 23: Hành vi động vật. 878

Đối tượng nghiên cứu 878
Tìm hiểu 879
Tổ chức xã hội 885
Hành vi động vật và thuyết tiến hóa 900
Từ khóa 905
Tóm tắt 906

Chương 24: Giao tiếp ở động vật 908

Đối tượng nghiên cứu 908
Định nghĩa giao tiếp 909
Dạy động vật sử dụng ngôn ngữ loài người 925
Từ khóa 938
Tóm tắt 938

Chương 25: Phương pháp và đạo đức trong tâm lý học 940

Đối tượng nghiên cứu 940
Phương pháp nghiên cứu trong tâm lý học 942
Vấn đề đạo đức trong tâm lý học 954
Từ khóa 967
Tóm tắt 967
Từ vựng (Thuật ngữ chuyên ngành) . . . 969

NỀN TẢNG TÂM LÝ HỌC

- TS. Nguyễn Kiên Trường -

Chịu trách nhiệm xuất bản :
PHAN ĐÀO NGUYÊN

Chịu trách nhiệm bản thảo :
TRẦN DŨNG

Biên tập : Hà Anh Thu
Trình bày : Thiên Chương
Vẽ bìa : Hs Nguyễn Hùng
Sửa bản in : Hà Nguyên Thạch

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG
175 Giảng Võ, Hà Nội
Điện thoại : 8560006 - 8515380
Fax : 04.8515381
Email: nxblaodong@fpt.vn

Liên kết xuất bản :
CTY VĂN HÓA MINH TRÍ - NS. VĂN LANG
25 Nguyễn Thị Minh Khai, Q.I, TP.HCM
ĐT : 8.242157 - 8233022 - Fax : 84.8.235079

In 1000 cuốn khổ 19x27cm tại Xưởng in CN Trung Tâm Hội Chợ Triển Lãm Việt Nam. Giấy phép xuất bản số 17-1478/XB-QLXB Cục xuất bản cấp ngày 13.10.2004. In xong và nộp lưu chiểu quý 4 năm 2005.

LĐ
NXB
AO ĐỘNG

NICKY
HAYES

nền tảng tâm lý học

Những ai đang quan tâm đến ngành tâm lý học, chắc chắn phải luôn đặt ra những câu hỏi là tâm lý học hiện đại đến từ đâu và phát triển từ nền tảng cốt lõi nào?

"Nền tảng tâm lý học" trình bày súc tích và đầy đủ nhất về nguồn gốc triết học của tâm lý học, các trường phái tư tưởng trong tâm lý học, các lĩnh vực cùng những quan điểm tâm lý học khác nhau...

Phương pháp biên soạn của sách còn nhắm đến ba mục đích chính: giải thích những quan điểm hoàn toàn phức tạp, sử dụng ngôn ngữ rõ ràng, dễ hiểu; chứng minh quan điểm về tâm lý học đã phát triển rõ nét và phong phú khoảng hơn một thế kỷ qua và cuối cùng là phản ánh những gì đang diễn ra trong tâm lý học hiện đại.

Cung cấp một cách nhìn rộng thoáng, chiết trung, luôn cập nhật về ngành tâm lý học • • •

Nhà Sách
VĂN LANG
25 Nguyễn Thị Minh Khai, Q.1, TP.HCM